
عالم الأدب
FOR TRANSLATION
AND PUBLICATION
التئام وطن
ريتشارد كوهين
ترجمة
د. شهاب الدين الهواري



التئام وطن

على الوالد -ومن ينوب عنه- تقديم إجابة شافية لسؤال كل طفل: «هل أنا رجل كفاية؟ وهل أنا جدير بحمل اسم أبي؟» إذ أن الطفل الذي لا يحصل على جوابه يظل حبيس السعي المحموم عن إجابته، إما بين أذرع النساء، أو الرجال.

لا يدخل الولد في عالم الرجولة إلا بفعل الرجال الأكبر، ما عرفته كثير من حضارات ما قبل الثورة الصناعية بالابتداء. وهي ببساطة تقديم «شعائر الرجولة» أو ما نعرفه بـ«الدور النوعي» أي ما يفعله الرجال انطلاقًا من كونهم رجال. ويصدق هذا الأمر بأقصى مع الأبناء ذوي الحساسية المفرطة، ويجب أن يتم تقديم هذا الدور لهم بما يناسب طبيعة الولد، بغير رفض طبيعته الفطرية من حب الفنون والجمال والتفاصيل. ويتم ذلك من خلال قبول طبيعة الولد واحتواءها، وتقديم شعائر الرجولة له جنبًا إلى جنب معها؛ إذ لا يعيب الرجل كونه مرهف الوجدان.


ISBN 9789776539815



www.aalamaladab.com

وطن الشــــام


بسم الله الرحمن الرحيم

ترجمات

التائم وطن

ريتشارد كوهين

ترجمة

د. شهاب الدين الهواري





الكتـــــــــاب: التئـام وطـن
تـــأليـــــــف: ريتشارد كوهين
تــــــرجمــــــة: د. شهاب الدين الهواري
عدد الصفحات: ٣٥٢ صفحة
سنة الطباعــة: ٢٠١٩م
بلــد الطباعــة: بيروت/ لبنان
الطبعـــــــــــة: الأولى

عالم الأدب للترجمة والنشر

مؤسسة عربية تعتني بنشر النصوص المترجمة والعربية
في مجالات الثقافة العامة والأدب والعلوم الإنسانية



الهاتف: 00201099938159
البريد الإلكتروني: info@aalamaladab.com
الموقع: www.aalamaladab.com
القاهرة - جمهورية مصر العربية

Title: GCSP
Editor: Richard Cohen
Translator: DR. ShehabEldeen Elhawary

Pages: 352
Year: 2019
Printerd in: Beirut, Lebanon
Edition: 1





التـئـام وطـن

بسم الله الرحمن الرحيم

التئام وطن

دليل الأسر والمعالجين للتعامل مع مثلية الأبناء

ريتشارد كوهين

ترجمة

د. شهاب الدين الهواري

أهدي هذا الكتاب لـ ...

الله، مصدري، وراحتي، وحبي،

جيي سوك، زوجتي المحبة الثابتة الرائعة.

ابني الحبيب جاريش، أحبك للأبد.

غاليتي جيسيكا، أنت جميلة جدًا، استمري في التطور.

القوي ألفريد. أنت إشراقتي.

كل من دعوا لأجل هذا المسعى ودعموه.

بدونكم، لم يكن لهذا الكتاب أن يُكتب.

كل الآباء والأمهات الذين قد شاركوا في الفصول عن بُعد.

لقد علمتموني الكثير.

أصدقائي الأعزاء: چون وهيلدا وميل وبوب ولي وچيم وراسل،

محبتكم ثبتتني.

القس رون وبريندا كروفورد وكنيسة الرؤية الجديدة..

معًا نقفُ متّحدين.

المُحتَوَيات

الموضوع	الصفحة
شكر وتقدير	٩
قبل قراءة هذا الكتاب	١١
مقدمة المترجم	١٣
مقدمة	٢١
القسم الأول: الشفاء الشخصي	**٥٩**
الخطوة الأولىٰ: اعتنِ بنفسك	٦١
الخطوة الثانية: اعمل عملك أنت	٨٣
الخطوة الثالثة: اختبر حب الله	٩٥
القسم الثاني: الشفاء العلاقاتي	**١٠٥**
الخطوة الرابعة: تدارس أسباب المثلية	١٠٧

الموضوع	الصفحة

الخطوة الخامسة: استخدم مهارات التواصل الفعّال ١٥١
الخطوة السادسة: ضع الأمور في نصابها الصحيح بينك وبين ابنك ذي الميول المثلية .. ١٦٧
الخطوة السابعة: اكتشف لغة الحب الخاصة بابنك ٢١٧
الخطوة الثامنة: الوالد من نفس الجنس، أظهر عاطفة جسدية مناسبة ٢٣٥
الخطوة التاسعة: الوالد من الجنس الآخر، خذ خطوتين للخلف ٢٤٣
القسم الثالث: الشفاء المجتمعي **٢٧٣**
الخطوة العاشرة: اخلق بيئة مرحّبة في بيتك، ومكان عبادتك، ومجتمعك ٢٧٥
الخطوة الحادية عشرة: الرفاق، والرفيقات، والطقوس الاحتفالية، وترتيبات النوم ٢٩٥
الخطوة الثانية عشرة: ابحث عن مرشدين وارشد آخرين ٣٠١
خاتمة ٣١٧
مُلحق: خطط علاجية ٣٢١
قائمة بقراءات مقترحة ٣٣٩
مصادر دولية ٣٤١
إضافة: ندوات الشفاء وجلسات الشفاء الأسري ٣٤٧
عن الكاتب ٣٥١

شكر وتقدير

شكرًا لكارل وريجينا جريجس من أجل الملاذ بجانب الخليج حيث أمكنني الكتابة في سلام! شكرًا من أجل صداقتكما المستمرة.

شكرًا لآرثر وجين جولدبيرج من أجل صداقتكما ودعمكما وأفكاركما المتميزة لتطوير هذا العمل وغيره من الأعمال. أنتما أخي وأختي الحقيقيان.

شكرًا لمحرري ومدربي الرائع، جاري ديدو، والعاملين في إنترفارسيتي بريس من أجل إخراج هذا الكتاب للحياة ببراعة.

شكرًا لستيوارت، سام، بوني، ماري، مارك، ماني، ليس وآخرين من أجل مشاركتكم لقصصكم قصص الانتصار والرجاء.

شكرًا لكريستوف، بيرت، جيسي، ميل، باربرا ونانسي من أجل مساعدتكم القيّمة.

شكرًا لماني وليس من أجل قلبيكما المحبين ودعمكما الأمين، أنتما صديقان عزيزان.

شكرًا لسكوت ودوري - كنتما الإلهام لهذا الكتاب.

لا تستطيع الظُلمة أن تطرد الظُلمة

الضوء فقط يستطيع ذلك.

لا تستطيع الكراهية أن تطرد الكراهية

الحب فقط يستطيع ذلك.

✍ **مارتن لوثر كينج الابن**

قبل قراءة هذا الكتاب

* لا علاقة بين الانجذابات المثلية والجنس، الانجذابات المثلية هي أعراض لضعف التواصل مع الوالد والأقران من نفس الجنس، وإساءات غير مشفية واحتياجات غير مشبعة.

* هذا الكتاب يغطي الطيف الكامل للأفراد ذوي الميول المثلية، ولذا لا تفترض أن كل ما فيه يشمل ابنك، فلا يعني كون ابنك يختبر تلك الميول أنه انخرط في كامل الطيف المثلي. نسبة كبيرة من ذوي الميول المثلية لم ينخرطوا في أي سلوكيات جنسية. لذلك تذكر: ستحتاج في هذه الرحلة إلى الكثير من التفهّم والقبول والمصارحة، السؤال المسترشد هو الحل.

مقدمة المترجم

مجتمع بلا أب، مجتمع ينتظره الذهان أو ما هو أسوأ.

چاك لاكان

المثلية وجرح الأبوة

على الوالد -ومن ينوب عنه- تقديم إجابة شافية لسؤال كل طفل: «هل أنا رجل كفاية؟ وهل أنا جدير بحمل اسم أبي؟» إذ أن الطفل الذي لا يحصل على جوابه يظل حبيس السعي المحموم عن إجابته، إما بين أذرع النساء . . أو الرجال.

لا يدخل الولد في عالم الرجولة إلا بفعل الرجال الأكبر، ما عرفته كثير من حضارات ما قبل الثورة الصناعية بالابتداء[1]. وهي ببساطة تقديم «شعائر الرجولة» أو ما نعرفه بـ «الدور النوعي» أي ما يفعله الرجال انطلاقًا من كونهم رجال. ويصدق هذا الأمر بقوة على الأبناء ذوي الحساسية المفرطة، ويجب أن يتم تقديم هذا الدور لهم بما يناسب طبيعة الولد، بغير رفض طبيعته الفطرية من حب الفنون والجمال والتفاصيل. ويتم ذلك من خلال قبول طبيعة الولد واحتواءها، وتقديم شعائر الرجولة له جنبًا إلى جنب معها؛ إذ لا يعيب الرجل كونه مرهف الوجدان.

المثلية النسوية وجرح الهوية

بالرغم من كون الأنثى تولد بهويتها الأنثوية، إلا أنها لا تزال بحاجة إلى مباركة الأب لهويتها، واتصاله معها ورؤيتها كأنثى مكتملة. جنبًا إلى جنب مع حضن أمها واحتوائها. وفي الوقت نفسه تحتاج الأنثى إلى تحريرها من الإرث المجتمعي المتحامل على الأنثى.

قابلت في سنين عملي فتياتٍ كثر كان احتياجهن غير المشبع إلى رؤية الأم لهن واتصالها معهن دافعًا إلى التماهي مع الذكورة لعلها أن تحصل على شيء من

---

(١) Initiation.

اهتمام الأم [الأنثى]. وفي أحيانٍ أخرى كان العامل الفاعل في المثلية هو التشابك العلاقاتي أو تداخل الحدود النفسية بين البنت وأبيها إلى الدرجة التي منعتها من التماهي مع الأم.

وهناك عامل آخر يخص مجتمعاتنا العربية، وهو الحمل المجتمعي تجاه المرأة والذي يربط ما بين كون الأنثى أنثى وبين القهر والهشاشة والاستغلال، ما يدفع بعضهن إلى رفض الأنوثة كقيمة باعتبارها رمزًا على الضعف والقابلية للأذى. تذكَّر أنه لا يوجد عامل واحد يقف خلف مشكلة بحجم تعقيد الجنسية المثلية، لكن عدة عوامل تعمل معًا. وللمزيد راجع كتابنا المترجم: الآخر القريب لريتشارد كوهين. وكتاب: جوهر المثلية النسوية لنيل هولمان.

الانفصال الدفاعي

تشرح لنا نظرية التعلُّق وجود أنواع من الارتباط بين الطفل ومقدم الرعاية، ويعني نوع التواصل والاتصال مع الآخر، وهي التعلّق الآمن والقلق والمتجنب والمضطرب. ثم صكَّت اليزابث موبرلي مصطلحًا جديدًا وهو الانفصال الدفاعي، وهو طريقة دماغنا في الاستجابة لتهديد من مأمن؛ فإذا تلقينا فتورًا أو إعراضًا ممن ننتظر منهم تواصلًا دافئًا فإننا قد نغلق أنفسنا عنهم. كأننا نرفضهم قبل أن يرفضوننا.

في حالة طفل ما قبل المثلية، يتلقى الطفل رفضًا -حقيقيًا أو بحسب استقباله- من الوالد و/أو أقرانه من نفس الجنس وهو ما يستجيب أمامه

بالانفصال الدفاعي عن الرجولة كقيمة مهددة. ولذا يجد راحته وأريحيته بين النساء الأكثر أمانًا. لكن احتياجه للانتماء والتماهي مع عالم الرجال لا يخمد بل يشتد إلى الدرجة التي يتجنسن فيها بعد البلوغ، ويصبح توقه إلى الاتصال النفسي له صورة جنسية، ولذا يسميها د. زيف نيكولوسي بالوهم المثلي. فالوهم هو تصور الشيء على غير حقيقته، وكذلك الأمر مع النساء، عند تعرضهن للأذى من امرأة أخرى [الأم أو غيرها] فتنفصل عن الأنوثة لاستقبالها كقيمة مهددة، أو تمتنع عن أي تعلق بالرجال لاستقبالهم كقيمة معتدية أو مهددة.

ولهذا يصف نيكولوسي الميل المثلي بأنه دافع إصلاحي، أي محاولة لا واعية لإعادة الاتصال المنقطع في الطفولة، ولكن بشكل لا يحقق غرضه، لأن الاحتياج الحقيقي هنا احتياج طفولي والطفل لا يدرك الجنس ولا يريده.

مسئولية الأكبر سنًا

تقع مسئولية كبيرة على عاتق الرجال/النساء الأكبر في مجتمعنا، وهي ابتداء الصغار في عالم الرجولة/الأنوثة، وهي مسئولية تؤتي ثمار نفعها عليهم أنفسهم بتبوءهم مركز الصدارة الذي سرقته منهم حداثة الثورة الصناعية. يحتاج النشئ إلى احتضان الشيوخ لذكورته النامية، وكذلك تعاملهم -معالجتهم- لها بحسب الواقع الحالي منها.

هذه المسئولية ينبغي أن يقوم بها الكبار ليس فقط تجاه الصغار بالعمر الزمني، ولكن تجاه الأطفال الراشدين كذلك. ونعني بالطفل الراشد هنا أولئك الكبار بالعمر الزمني، لكنهم لا يزالون أطفالًا بالعمر النفسي.

الفروق الثقافية والمجتمعية

ستجد في الصفحات التالية تناولًا لمعالجة أسرية ولكن في سياق ثقافي مختلف، وقد أبقيتها كما هي لأنني وجدت ذات السياقات موجودة في مجتمعاتنا وإن كانت على هامش المركز. ولذا قم -فضلًا- بتطويع الاقتراحات والمعالجات بحسب فهمك لابنك وعالمه هو -أو طالب الخدمة-، وتذكر المفتاح السحري: اسأله بانفتاح وأبق فمك مغلقًا.

على هامش الترجمة

لم تكن ترجمة هذا الكتاب على جدول أعمالي حتى اقترحها علي ريتشارد، وقد اعتمدت في الترجمة تنقيح ومراجعة نسخة قديمة قام بها الأستاذ ماجد زاخر، ثم قابلتها على الطبعة الثانية من الأصل. ولذا فغامر امتناني لصاحب المسودة الأولى.

وتفضيلي الأول هو التزام الأسماء المستعارة المختارة من المؤلف، ولكنني أحيانًا ما أستبدلها بأسماء عربية لتناسب القارئ. وكذلك فإنني ألتزم اللغة الفصحى في الترجمة، لكنني أحيانًا ما أستعمل العامية المصرية إذا وجدت حاجةً إليها في ترجمة جملة القول، واجتهدت ألا أُكثِر من ذلك.

مقدمة خاصة بالترجمة العربية

سينتصر من يطول حبه ويفيض.

هذا هو شعار حياتي، وإليك شعارًا آخر فيما يخص شئون القلب:

لو كان عليَّ أن أختار بين أن أكون مُحِقًّا أو أكون معك، فسأختارك بلا تردد.

كثيرًا ما يصعب علينا فهم أبناءنا أو اختياراتهم في الحياة. وبالرغم من ذلك، فإن أبناءنا هم معلمونا، فدوما ما يضعون التحديات أمامنا لتعلم المزيد عن سبل تقديم القبول غير المشروط. وبلا شك، إن التربية هي أشق مهام الحياة.

لا يتعلق الانجذاب المثلي بالجنس، بل يمثل **شيئان**: إساءات عميقة لم تشفَ بعد، واحتياجات مشروعة لتلقي الحب. أرجوك، احذر أن ينصرف خاطرك إلى الجنس وأنت تفكر في شأن ابنك -أو من تحب- إن كانت لديه انجذابات

مثلية. انظر في عمق عينه أو عينها، وأبصر الطفل الداخلي الذي يحدق إليك ويطلب الحب.

لديك أنت والآخرون جواب سؤاله وحل إشكاله. وإليك ثلاثة أشياء -عميقة بقدر بساطتها- ويمكنك بها مساعدة أي أحد يختبر ميولًا مثلية: أنصت إليه، تعلَّم منه، وامنح محبتك. أنصت إلى قصصهم، وتعلم من خبراتهم وتجارب حياتهم، وامنحهم محبتك كما هم وبما يمثلونه. وسيكشفون لك عن عمق احتياجاتهم.

سيعلمك هذا الكتاب اثنا عشر مبدءًا بسيطًا لتيسير خطوات التغيير في حياتك أنت وحياة من تحب من ذوي الميل المثلي. لا تحمل هم تغيير أحدٍ غيرك. وأرجوك رجاءً حارًا، لا تحاول أن تدفع من تحب خارج المثلية، اكسب قلبه وستتبعكما الرأس لاحقًا.

أنا أعيش في الغرب، ولذا اجتهد في تطويع هذه المبادئ لمنظومتك أنت. أرجوك اغفر لي افتقاري لفهمك، وعجمة لساني. وأنا واثق في أنك ستجد حكمة قلبك لتطويع هذه المبادئ بما يتماشى معك. وجنبًا إلى جنب، عليك خلق دوائر ثقة ودعم للأسر التي لدى أحد أفرادها ميولًا مثلية. أرجوك، تواصل مع مكتبنا لإرشادك لمعالجين محليين في بلدك، وسيساعدونك في خلق مجموعات دعم قريبةً منك. وقد يقومون بتقديم المشورة لك ولمن تحب. وأخيرًا، قم

بإهداء نسخة من هذا الكتاب لقادتك الدينيين (الشيوخ والقساوسة)؛ فعلى المجتمعات الدينية توفير ملاذًا آمنًا لذوي الميول المثلية.

دعائي ورجائي أن يبتدأ كتابي هذا موجة حب في البلدان العربية. إننا بحاجة لاحتضان أبنائنا وأحبابنا من ذوي الميول المثلية. حين كنت في خضم معاناتي لم يكن أحد في دائرة مجتمع إيماني يعلم كيفية تقديم العون لي، بل لم يعلم كثير من المعالجين ما يمكنهم تقديمه. ولقد كانت رحلة من الألم خضتها لأستكشف أسباب اختباري لميولي المثلية، ولقد تكلفني الأمور أعوامًا أخرى لحل ومعالجة تلك العوامل التي أدت لنشوء هذه الرغبات.

أنقذ ثلاث رجال وثلاث نساء حياتي. لقد احتضنوني بين أذرعهم بينما كنت أسح دمعي على ما مضى مني وبي. وبدون محبتهم وقبولهم لي كما أنا، لظللت عالقًا هناك حيث كنت، أو مت بالإيدز كما مات رفيقي الأول.

صدِّق أن الأحلام تتحقق، فقد مر اليوم ٣٨ عامًا على زواجي من حبيبتي الجميلة، ولدينا ثلاثة أبناء راشدين ورائعين. أرجوك ليكن لديك إيمان وتصديق وأمل في ابنك -أو من تحب- ذي الميل المثلي. اتبع المبادئ الموصوفة في هذا الكتاب وستريك الطريق نحو تحقق من تحب بفطرة الله التي فطر الناس عليها. أنا أصدق فيك، اتبع هذه المبادئ وسترى أن التغيير ممكن.

ريتشارد كوهين

يونيو ٢٠١٨

مُقَدِّمَة

لا تستسلم أبدًا! منحتني هذه الكلمات الثلاث طاقة سعيي علىٰ مدار حياتي كلها. لقد فكرت في الاستسلام مراتٍ عدة خلال محاولاتي لفهم انجذاباتي المثلية والتغلب عليها. لقد بقيت صامدًا علىٰ الطريق بالرغم من كل المرات التي سقطت فيها. لم أستسلم. وفي النهاية، وعكس كل التوقعات، نجحت في استعدال ميولي. واليوم يمر علىٰ زواجي من زوجتي الجميلة، جيي سوك، أربعة وثلاثون عامًا، ولدينا ثلاثة أبناء رائعون.

بعد تغلبي علىٰ انجذاباتي المثلية، أردت أن أساعد الآخرين الذين يصارعون مع نفس الأمور. شعرتُ وكأن الله يلهمني أن أعود للدراسة وأدرس المشورة. تخرجت في جامعة أنطاكية (في حرم سياتل) في ١٩٩٠ بدرجة الماجستير في علم نفس المشورة، ثم أسست مؤسسة الشفاء الدولية. ومن هنا

بدَأَتْ حياتي المهنية كمعالج نفسي، ومتحدث عام، وكاتب مستهدفًا أسباب وعلاج الانجذابات غير المرغوبة لنفس الجنس.

كمعالج نفسي محترف بالإضافة لكوني مثليًّا سابقًا، قد ساعدتُ شخصيًّا المئات من الرجال والنساء في عملية استعدال توجهاتهم من المثلية للغيرية. ومن خلال أكثر من مائة ندوة للشفاء في أنحاء الولايات المتحدة وأوروبا، قد استطعتُ أن أساعد الآلاف أن يجدوا الحرية من الانجذابات غير المرغوبة لنفس الجنس. في أكثر من حرم جامعي وفي مؤتمرات علاجية ودينية، حاضرتُ عن أسباب المثلية وعلاجها.

بالإضافة لمساعدة رجال ونساء في معالجة المثلية غير المرغوبة، قد استمعتُ أيضًا لحزن المئات من الآباء والأمهات علىٰ مدار الثلاثين عامًا الماضية:

- «ماذا يمكنُنا أن نفعل؟».
- «لماذا حدث هذا؟».
- «يعلم ابنُنا أننا نؤمن بالله بقوة، لكنه في تمرد كامل».
- «أخشىٰ أن أخبر راعي كنيستي أو أصدقائي فيقومون بإصدار الأحكام علينا وعلىٰ ابنتنا».
- «كل ما نسمعُه في كنيستنا هو أشياء سلبية عن المثليين».

- «في المجتمع اليهودي الأورثوذوكسي، سيكون الأمر قاسيًا للغاية إذا ما اكتشف الناس أن ابننا مثلي».

هذا الكتاب هو نتيجة رحلة حياتي في الخروج من المثلية والثلاثين عامًا من الخبرة العملية التي تلت ذلك. يمثّل هذا الكتاب أسابيع وشهورًا وأعوامًا من التدريب والمشورة للمئات من العائلات والأصدقاء ليساعدوا أحباءهم أن يدركوا هويتهم الجنسية الحقيقية وأن يختبروا إمكانياتهم الغيريّة. في الصفحات التالية، سأشارك معكم مبادئ محددة عن كيفية مساعدة الأحباء الذين يصارعون المثلية. هذا البرنامج -والذي سيساعدهم- يتطلب انضباطكم واجتهادكم. لكن النتيجة الجانبية الرائعة أنكم أنتم أيضًا ستتغيرون وستختبرون حبًّا أعظم مما تخيلتهم دائمًا. وفي الوقت ذاته، ستتشجعون بينما تقرؤون قصص النجاح العديدة.

ستحتاجون تشجيعًا في الطريق إذ إن الرحلة ليست سهلة. ستحتاجون تماسكًا، جَلَدًا وحبًّا فوق الحدود. وحتىٰ ذلك أيضًا قد استخلصته علىٰ المستويين الشخصي والمهني، إذ إني أنا وزوجتي كان لدينا ابن متمرد. المبادئ التي سأصفها هنا لا تنطبق فقط علىٰ الجنسية المثلية، فهي تنطبق أيضًا علىٰ أي من أحبائنا المتألمين أو ربما الذين يختبرون صورةً ما من التمرد. استخدمنا أنا وزوجتي كل هذه المهارات مع ابننا الأكبر، جاريش، والذي ستقرؤون عن قصته في ختام هذا الكتاب. لم يعاني من المثلية، لكنه كان مجروحًا بعمق وعانىٰ من مشكلات أخرىٰ نتيجةً لصراعاتنا الفردية والزوجية.

قبل زواجي، كنت قد ظللت أعزبًا لمدة تسع سنوات. ومع هذا، ففي السنوات التي سبقت ذلك، كنت قد عشتُ في مثلية جنسية نشطة. وعلىٰ الطريق، اختبرت تحولًا دينيًّا ساعدني أن أترك الحياة «المثلية» ورائي. لكني لم أتعامل قط مع الأسباب الجذرية لانجذابي لنفس الجنس. فكنت ببساطة أقمع تلك الرغبات وأتبع نصيحة شيوخي: «صلِّ باجتهاد، وسيزيل الله مشاعرك المثلية. ادرس كلمة الله، ولن تُثقّل بتلك الرغبات ثانية. سيغيرُك الله، فلا تقلق بشأن مشاعرك».

أسوأ نصيحة كانت: «اعثر علىٰ المرأة المناسبة، وهي التي ستغيرك». حسنًا .. لقد وجدتُها، لكنها لم تصلحني بل كانت النتيجة كارثية. وفي حالة من الحيرة الكاملة وخيبة الأمل والإحباط، ذهبتُ للعلاج في محاولة يائسة لكي أكتشف لماذا لا زالت لدي الانجذابات المثلية، تلك التي لم أكن أريدها.

استغرق الأمر سنوات لاكتشاف أسباب انجذابي لنفس الجنس. واستغرقت وقتًا أطول كي أشفىٰ من الجروح التي خلقت تلك الرغبات في المقام الأول. كانت العملية مشوشة. في نفس الوقت كنت أعمل في وظيفتين لأدعم أسرتي ولأسدد تكلفة العلاج. خلال هذا الوقت كان لدينا طفلان، جاريش وابنتنا چيسيكا (ابننا الآخر جاء بعد هذا بسنوات عديدة). حين ولد جاريش، كنت قد بدأت للتو رحلة الشفاء، والتي قادتني في النهاية للخروج بعيدًا عن الجنسية المثلية. وكما يمكنكم أن تتخيلوا، كنتُ في هذا الوقت علىٰ درجة عالية من عدم الكفاءة كزوج وكأب أيضًا.

ما زاد الأمر سوءًا هو أنني عايشت كل ذلك في بداية الثمانينيات حيث كان هناك القليل جدًّا من الفهم عن الانجذابات لنفس الجنس وكيفية استعدالها. وانتقلتْ أسرتنا عدة مرات سعيًا وراء علاج فعّال، وبحثًا عن أفضل معالجي المثلية. واختبر جاريش وجيسيكا بالطبع زعزعة استقرارهما في كل مرة ننتقل فيها لمكان جديد.

كانت عملية الشفاء التي خضتُها مؤلمة للأسرة جميعًا. جيي سوك كانت متمسّكة جدًّا بالله. توسلتُ لها قائلًا، «أرجوكِ لا تطلّقيني. فأنا أحب الله، وأحبك، وأحب طفلينا. عليّ أن أتصرّف في الأمر. لم يكن في مقدور أحدٍ مساعدتي حتىٰ الآن. تماسكي يا عزيزتي. أعلم أن الله سيرينا الطريق».

واستمسك كلانا بالله. كنت مؤمنًا أنه سيقودني في النهاية من القفر إلىٰ أرض الموعد، أرضِ غيريَّتي الحقيقية وحياة أسريّة صحية. استغرق الأمر سنوات عديدة ومحاولات فاشلة كثيرة، لكني في النهاية عبرتُ ووجدتُ الحرية من تلك الميول غير المرغوبة[١].

لقد نجونا بالكاد خلال تلك السنين المظلمة، محاولين حفر طريقنا للخروج من الهاوية ولخلق أسرة أحلامنا. تأذىٰ جاريش بعمقٍ في كل هذا الاضطراب،

(١) ستجد وصفًا أكثر تفصيلًا لقصتي في الفصل الأول من كتاب: «الآخر القريب؛ عن فهم ومناقشة الجنسية المثلية».

وما أن اختبرتُ الشفاء الشخصي حتىٰ بدأنا -أنا وزوجتي- في العمل علىٰ علاقتنا، وهي العملية التي استغرقت سنوات عديدة أكثر. وفي هذه الأثناء استمر طفلانا في الألم. بعدما تحسّن زواجنا، عملنا جاهدين لمساعدة جاريش وجيسيكا ليتعافيا من جروحهما. واشتركنا جميعًا في جلسات للمشورة والشفاء الأسري.

لكن علىٰ الرغم من جهودنا، كان لجاريش أمورٌ عالقة، وفي المرحلة الثانوية أصبح غاضبًا ومتمردًا. وعلىٰ الرغم من أنه لم يطور ميولًا مثلية، إلا أنه انجرف نحو سلوكيات أخرىٰ كسرت قلوبنا. حاولت أنا وجيي سوك أن نتواصل معه، لكنه كان مقاومًا بشدة. أحرزنا تقدمًا في بعض المرات، لكنه رفضنا بالكامل في مرات أخرىٰ. توسّلنا إلىٰ الله أن يتدخل. ناضلنا مع جاريش، بكينا معه، تحدثنا معه لليال طويلة. وأخيرًا، وبطريقة معجزية، بعد سنوات عديدة، تحقق الانتصار. وعاد إلينا ابننا الضال.

استعملت أنا وزوجتي كل مبادئ التربية التي ستقرأ عنها في هذا الكتاب. والبرنامج يجدي نفعًا متىٰ طبقناه. استمعت أنا وزوجتي لآلام ابننا الغالي، ولم نقنط أبدًا. وهو الآن مختص بعلم الأمراض، وباحث ملتزم بالأبحاث الهادفة لوضع للمعانين بالسرطان.

لم أكن فقط أواجه صراعي مع الانجذاب لنفس الجنس، بل كنت أيضًا أصارع مع ألم رؤية ابن محبوب يتمرد ويؤذي نفسه. لذلك أستطيع أن أتفهم جيدًا

الرحلة الشاقة التي يمر بها أي أب أو أم لديهما ابن يصارع مع المثلية. وعلىٰ أساس خبراتي الشخصية والمهنية، أعلم أني أستطيع مساعدتكما ومساعدة ابنكما لكي تجدوا الشفاء الذي تسعون إليه. وبرغم أن الأمر يبدو مستحيلًا في بعض المرات، إلا أننا لسنا بمفردنا في معركتنا من أجل أبنائنا. فمن خلال منة الله ومحبته، كل الأشياء ممكنة.

كيف نستجيب إن كان لأحد أحبتنا ميولًا مثلية

أعلم أنك صُدمتَ -حتمًا- حين «أفصح ابنُك عن سرّه» لأول مرة، وربما تكون المفاجأة قد أخذتك تمامًا. أو ربما كان لديك شكٌّ ما طول الوقت وها هو أسوأ مخاوفك قد تحقق. أيًّا كانت الظروف المحيطة بالإعلان، عادةً ما يكون رد الأب أو الأم: «كيف يحدث هذا؟ فأنا أحببتُك من كل قلبي. أعلمُ أني أخطأتُ، لكن الله يعلم أني بذلتُ أفضل جهد لديّ». قد تكون قد انفجرت وقلت كل الأشياء الخاطئة أولًا. أو ربما لم تقل ما كان ينبغي أن تقول.

أيًّا كان ما حدث، لا تقلق بشأن الماضي. يمكنك استعادة علاقتك مع ابنك ذي الميول المثلية وتحسينها. حتىٰ وإن بدا الأمر بعيدًا الاحتمال، كن متأكدًا أن ابنك أو ابنتك لا يزالان في جوعٍ لحبك وقبولك ورضاك.

علىٰ الأرجح، استغرق الأمر سنوات حتىٰ استطاع ابنك أو ابنتك أن يكشفا عن مشاعرهما المثلية المخفية. لقد كانت رحلته أو رحلتها رحلة طويلة مليئة

بالوحدة والألم وكانت هذه الرحلة بدونك. هل تستطيع أن تتخيل كيف كان الأمر بالنسبة له في المرحلة الابتدائية والإعدادية والثانوية حين كان يشعر بانجذابات جنسية نحو أفراد من نفس الجنس بينما كل أقرانه كانوا ينجذبون للجنس الآخر؟ بالتأكيد كان الأمر مُربكًا للغاية. وإذا كانت ابنتك قد نشأتْ وتربت علىٰ معتقدات دينية قوية، فتلك الرغبات نحو نفس الجنس كانت بالحري أكثر تدميرًا لأنها ضد تعاليم كلام الله. ماذا لو اكتشف الناس؟ ماذا سيعتقدون؟ ماذا ستقولان أو تفعلان يا بابا وماما؟ كيف ستشعر بقية العائلة؟ ظل هذا حملًا ضخمًا لسنوات عديدة. والآن قد علمتَ.

فماذا عنك وعنكِ، يا بابا ويا ماما؟ هل أصبح سر ابنك سرك أنت أيضًا؟ هل تخشىٰ ما ستظنه بقية العائلة وكيف سيكون رد فعل مجتمعكما؟ اكتشاف مثلية ابنك هو اختبارٌ صعب، لكنه من الممكن أن يكون علامة البداية لرحلة رائعة جديدة. ما أن تبدأ تتبُّع الخطوات المقدمة في هذا الكتاب، سيكون بإمكانك أن تخلق شبكة الدعم التي تحتاجها. ستتعلم كيف تمد يدك لله طلبًا للحب والتجديد. وبمعونته، ستكتشف أنه من الممكن أن تجد الأمل والشفاء لابنك ذي الميول المثلية، ولك ولكل أسرتك.

توجد اليوم -أكثر من أي وقت مضىٰ- إجابات أكثر لأسئلة تحيط بالانجذابات لنفس الجنس. ومع تلك الإجابات يأتي الأمل في استعادة الحب،

بل وفي تغيّر التوجه الجنسي. وعلىٰ الرغم من الرسائل الثقافية الحالية التي تشير إلىٰ غير ذلك، إلا أن أكثر من ثمانين سنة من البحث العلمي توضّح أن النساء والرجال الذين يختبرون الانجذابات المثلية هم عالقون في مرحلة مُبكّرة من النمو النفسي الجنسي بسبب الإساءات والاحتياجات غير المشبعة. وإذا ما تم علاج جروحهم وإشباع احتياجاتهم غير المسددة للحب والانتماء في علاقات صحية، فإن الشفاء والتغيير ممكنان.

كما سترون، إن الانجذاب لنفس الجنس لا يتعلق بالجنس علىٰ الإطلاق. بل بإحساس من عدم الانتماء وعدم التكيّف، الشعور بالوجود خارج الدائرة، شعور الشخص أنه مختلف بطريقة ما. فيشعر الولد أنه «أقل من» الشباب الآخرين وليس مثلهم. قد يكون قد أُطلق عليه في المدرسة ألقاب مثل «شاذ»، «لوطي»، «فافي»، «مخنث»، «بنّوتة»، أو «مثليّ». تشعر البنت أنها مختلفة أيضًا ولا تظن أنها تنتمي للبنات الأخريات، قد يكون قد أطلق عليها «سحاقية»، «مسترجلة/بويا»، أو «مثلية». يتعلق الانجذاب لنفس الجنس باستدماج مشاعر الانفصال داخل الشخص، ويتكون هذا الانجذاب علىٰ مدار سنين من الارتباك والألم، وقد يستغرق الأمر أعوامًا أكثر بكثير لإلغاء الضرر الذي قد حدث.

تأمل في هذه الكلمات الحكيمة: «العملية التي من خلالها يمر الرجل أو المرأة ذوي الميول المثلية حتىٰ يصلا أخيرًا لمصير التعهد المثلي الراسخ هي

عملية طويلة جدًّا. حين يحين الوقت للشخص ويكون مستعدًّا «لخروجه للنور» (وهي الكلمة الدارجة التي يستخدمها عالم المثليين)، قد يبدو وكأن فرصة خطوات الوقاية قد ولّت. لكن ليس الأمر هكذا. فمن المحتمل جدًّا أن من هو في سبيله لأن يكون مثليًّا هو في حالة من القلق والتردد العظيمين. ومن الممكن جدًّا أن يكون في حالة بحث يائس عن مصدر للمساعدة»[١].

غرس خرافة «فطري وغير قابل للتغيير»

بينما تصارع أنت من أجل قلب ابنك أو ابنتك ونفسيهما، فإن آخرين لديهم مصالحهم الخاصة في توجهه أو توجهها الجنسي. في ١٩٨٩، قام مارشال كيرك وهانتر مادسن بنشر المانيفستو المثلي بعنوان: «خلف الكرة: كيف ستقهر أمريكا خوفها وكراهيتها للمثليين في التسعينات». قام كيرك، وهو باحث في طب الأمراض النفسية والعصبية، وعالِم في المنطق، وشاعر، وخريج هارفارد، ومعه مادسن، وهو خبير في تكتيكات إقناع العامة والتسويق الاجتماعي وحاصل علىٰ الدكتوراه من هارفارد، بتصميم خطة لتحويل أمريكا والعالم إلىٰ الجنسية المثلية كما هو معرّف في كتابهما.

(١) بيتر وباربارا وايدن: التربية الغيرية New York: Stein and Day ١٩٦٨، ص١٧٩.

ومنذ نشر كتابهما، تم غرس خرافة «فطري وغير قابل للتغيير» في معاهد العلم، والسياسة، والدين، والإعلام، وصناعات الترفيه: «وُلدتَ مثليًّا ولا تستطيع التغيّر». كان هذا جزءًا من الخطة الاستراتيجية والبراعة التسويقية، سبيل بارع لماديسون نحو تطبيع المثلية الجنسية كشكل مختلف من الجنسانية البشرية. وهذه الخرافة ليس لها أساس في البحث العلمي(١).

وكنتيجة لحملة العلاقات العامة للترويج لنظرية المثلية الجنسية، قد تم إقناع الأطفال ذوي الهوية النوعية المشوشة -اليوم- بأنهم مثليون وراثيًّا. تمت قيادتهم لاعتقاد أن كونهم «مثليين» هو ما هم عليه وأن المثلية هي جوهر كيانهم. وعلىٰ الرغم من أن الانجذاب لنفس الجنس، في الحقيقة، هو مظهر لرغبة أو سلوك كنتيجة لإساءات الماضي واحتياجات غير مسددة للحب، إلا أن هؤلاء الصغار لم يتعلموا بعد التمييز في عقولهم ما بين الهوية المثلية والسلوك المثلي، فهذان المفهومان قد أصبحا مترادفين من خلال الأفلام، والأخبار، ومقالات المجلات، والموسيقا، والفيديو، والقصص، والكتب، والإنترنت، ومقابلات الراديو، وكل ما يمكن تخيله من وسائل الإعلام الأخرىٰ. من يختبر انجذابًا مثليًا

---

(١) للحصول علىٰ حقائق أكثر من الادعاءات الوراثية والبيولوجية الخاطئة بشأن أصول المثلية. من فضلك اقرأ: «المثلية وتسييس الحقيقة» و«حصان طروادة» لجيفري ساتينوفر الحاصل علىٰ دكتوراه في الطب و«چيناتي جعلتني أفعلها» لدكتور نيل وبراير وايتهيد. (www.narth.com)

من الأطفال يعتقد: «أنا مثلي. هذا هو أنا. سلوكي المثلي هو ببساطة امتداد لهويتي الأساسية. قد ولدتُ هكذا».

وفي نفس الوقت فإن الأبناء الذين ينشؤون في بيوت متدينة يواجهون ساحة معركة أعظم. فقبلما يعلم الوالدان أي شيء عن صراعهم، في معظم الأحيان يتوسل هؤلاء الأبناء إلىٰ الله أن يخلصهم من مشاعرهم المثلية. فربما دعوا يومًا تلو الآخر، وشهرًا تلو الآخر، وسنة تلو الأخرىٰ: «أرجوك يا رب، انزع هذه الرغبات المثلية. لم أعد أحتمل. فلو أني أموت أفضلُ من أن تكون لدي هذه المشاعر». لكن صلواتهم ظلت غير مستجابة. وليس ذاك لأن الله لم يكن يسمعهم، لكن بسبب أنهم -مثلي أنا- كانوا يدعون الدعاء الخاطئ. كان ينبغي أن ندعو: «يا رب أرجوك، اكشف المعنىٰ الحقيقي لرغباتي المثلية، وبعدها، يا رب أرجوك، ساعدني أن أستجلب الشفاء لكل منطقة من تلك المناطق في حياتي»[١].

(١) اقترح ألا تخبر ابنك أن يبدأ في الدعاء بهذه الطريقة ما لم يكن راغبًا في التغير. وإلا فقد يكون له تأثير مضر وعكسي، خاصة إذا كان معتقدًا أنه ولد مثليًا.

المراحل نحو «إعلان المثلية»

لأني أنا نفسي قد صارعتُ مع الرغبات المثلية والانجذاب لنفس الجنس، أستطيع أن أتفهم العملية التي علىٰ الأرجح قد مر بها أحد أحبائك. قد يكون مفيدًا لك أن تقرأ وتفكر في مراحل التطور السبع والتي عادة ما سبق إعلان «مثليته».

مرحلة ١: مسببات المثلية.

هناك عوامل مساهمة كثيرة قد تَنتُج عنها رغبات مثلية. بعض أسباب المثلية قد يكون التعلّق المُعطَّل ما بين الأب والابن أو الأم والابنة (قد يكون هذا ما هو إلا إدراك واستقبال الطفل ومفهومه، وليس خطأ الأب أو الأم)، والتعلق الزائد بالوالد من الجنس الآخر، والحساسية المفرطة، وغياب الترابط الآمن مع الأقران من نفس الجنس، إساءات الأخوة، إساءات ثقافية، الشتائم، الإساءة الجنسية، وإساءات بشأن صورة الجسم. ليس هناك قط عامل يمكنه بمفرده تسبيب المثلية. بل تقود توليفةٌ من المتغيرات إلىٰ الرغبات المثلية في الرجال أو النساء. من فضلك اقرأ كتبًا أخرىٰ من أجل فهم أشمل لأسباب المثلية[١].

(١) ريتشارد كوهين، وجوزيف نيكولوسي، وآلان ميدينجر، وآن بولك. من أجل قائمة كاملة، انظر لـ «قائمة بقراءات مقترحة» في نهاية هذا الكتاب.

مرحلة ٢: بداية الانجذابات لنفس الجنس.

تبدأ الانجذابات المثلية في الظهور في عمر مختلف لدىٰ كل شخص، اعتمادًا علىٰ عوامل عديدة: الطبع المزاجي للطفل، فسيولوجية الطفل وإدراكه لها، تاريخ العائلة في أوقات محددة، وأحداث ثقافية واجتماعية. ستحتاجين أن تتحققي من طفلتك لاكتشاف متىٰ بدأتْ في اختبار المثلية. انتبهي حتىٰ تميّزي ما بين حسدها لشخص ما وجنسنة هذا الحسد. فهذان أمران منفصلان ومختلفان. في معظم الأحيان، يبدأ اشتهاء شخص آخر من نفس الجنس حول سن العاشرة إلىٰ الثالثة عشر، في وقت ما حول مستهل البلوغ. لكن هناك استثناءات، وتلك الرغبات قد تبدأ في الظهور لاحقًا، في أواخر المراهقة أو بدايات العشرينيات.

مرحلة ٣: الصراع مع المثلية.

هذا الصغير الذي يصارع قد يسأل نفسه، «لماذا لديّ هذه المشاعر؟ ماذا سيظن الآخرون عني لو علموا أن لدي رغبات مثلية؟» قد تتساءل البنت، «هل هذه خطيئة أن أشعر بهذه المشاعر؟ هل لا يزال الله يحبني؟» في معظم الأحيان، يختبر هؤلاء الأولاد والبنات مشاعر هائلة من الألم، والتشوّش، والذنب، والخزي، والإنكار، والوحدة، واليأس. تتفاقم هذه العواطف حين يكون هذا الشخص الصغير غير قادر أو غير راغب في التحدث بحرية مع الأسرة والأصدقاء.

عوضًا عن ذلك، يجد أطفال اليوم «إجابات» بسهولة خارج الدائرة المباشرة للأحباء. فيمكنهم الوصولُ لمعلومات داعمة للمثلية علىٰ شبكة الإنترنت أو حضورُ لقاء لتحالف المثليين في المدرسة الثانوية أو لقاء المثليين والمثليات ومزدوجي الميول والمخنثين (LGBT) في الجامعة. الإضافة الجديدة لاختصار LGBT هي «شباب يتساءل» "Questioning Youth" بحيث إن مَنْ لديه انجذاب عارض لشخص ما من نفس الجنس قد ينقاد لأن يعتقد أنه هو أيضًا «مثلي».

مرحلة ٤: الحاجة إلىٰ الانتماء.

يستمر الصراع: «لستُ متكيفًا. لا أشعر بالانتماء. لست مثل باقي الأولاد». خلال البلوغ، ما كانت يومًا رغبات وجدانية للترابط مع نفس الجنس تُصبح اشتياقات متأجّجة جنسيًّا. وفجأة يصبح هذا الاحتياج للحميمية اللاجنسية مع الوالد من نفس الجنس أو الأقران من نفس الجنس اشتهاءً. أيًّا كانت الشدة التي تبدو عليها الرغبة، فينبغي تذكّر أن أساس كل الانجذابات المثلية هو الاحتياج الوجداني المتضارب، لا الانجذاب الجنسي. تمثل الانجذاباتُ لنفس الجنس الآتي:

* رغبة لا واعية في الترابط مع الوالد من نفس الجنس أو الأقران من نفس الجنس بسبب جرح وجداني و/أو اجتماعي سبّبه أفراد من نفس الجنس.

* الحاجة إلىٰ التماهي والتوحد النوعي. وحيث إن الترابط مع والديهم من نفس الجنس أو أقرانهم من نفس الجنس لم يكن كافيًا، فإنهم يسعون للالتصاق بأفراد من نفس الجنس لاستدماج إحساس الذكورة أو الأنوثة المفقود.

* الخوف من الحميمية مع أفراد الجنس الآخر. قد يكون هناك تعلّقٌ زائد بين الأم والابن أو الأب والابنة أو علاقة إساءة من فرد من الجنس الآخر. هذا أو ذاك سيعيقُ نمو الرغبات الغيرية الصحيحة.

مرحلة ٥: انغراس الخرافة.

كما رأينا، فإن من يختبر أقل قدر من الانجذاب لنفس الجنس يقال له، «لقد وُلدتَ مثليًّا. لا يمكنك أن تتغير. جهود التغيير ضارة». ويجد أولئك الصغار أنفسهم أمام اضطرار أن يعملوا جاهدين جدًّا لأجل قبول أنفسهم كـ «مثليين» أو «مثليات». تولّد هذه العملية أفكارًا ومشاعر متضاربة. وأعتقد أن أولئك الذين يختبرون هذه الانجذابات يعلمون بدايةً، في أعماق قلوبهم، أن السلوك المثلي لا يتماشىٰ مع القانون الطبيعي. ومع ذلك، فهم يُغمرون بفكرة أنها حالة محددة وراثيًّا، وهو ما يصل إلىٰ «خرافة المثلية».

إن خرافة «مولود مثليًّا» تشبه كثيرًا القصة القديمة لملابس الامبراطور الجديدة. في هذه الحكاية الشعبية، يُخدَع الامبراطور بأن حرفيين مهرة بصدد صنع ملابس جميلة له. بينما في الواقع، يأتي اثنان من الدجالين ولا يصنعان له

شيئًا من الإطلاق. مسايرًا الخدعة، يطوف الإمبراطور شوارع المدينة مرتديًا لا شيء. ولأن رعاياه لا يريدون أن يظهروا كأغبياء، يهتفون، «يا لها من ملابس رائعة!». ثم يقف طفلٌ ويقول: «إن الامبراطور عارٍ!» في هذه اللحظة يدرك الامبراطور أنه قد خُدع. فيعلن: «ينبغي أن نكون جميعًا مثل هذا الطفل ونقول الحقيقة».

وها هو نفس الأمر اليوم. قد تم خداع أعداد لا حصر لها من الناس، علىٰ الرغم من أن الجميع يعلم أن البشر هم بطبيعة مصممون غيريين. باختصار، يُكمِّل الرجل والمرأة بعضهما البعض بشكل تام وطبيعي. لا يحدث الأمر ذاته في حالة رجلين أو امرأتين.

مرحلة ٦: تبني هوية: مثلي، مثلية، مزدوج الميل، أو مخنث.

في هذه المرحلة، يتوصل مَنْ يصارعون إلىٰ حالة من التفاهم مع الانجذابات المثلية، ويتبنّون هوية «مثلية» أو «مزدوجة الميل» أو «مخنثة». يكونون قد خدّروا ضميرهم من خلال قبول النفس والغرس المجتمعي للمفاهيم. ويؤدي سماع خرافة المثلية بمعدل كافٍ، مع وجود القليل جدًّا أو عدم وجود جدلًا بشأنها علىٰ الإطلاق، إلىٰ تأسيس هذه الخرافة علىٰ أنها حقيقة. وفي هذه المرحلة، قد يُنظر لك ولباقي المجتمع الذي يعاني من «رهاب المثلية» علىٰ أنكم

العدو[1]. «أنت لا تفهم. لا تعرف كيف هو الأمر أن تكون مثليًّا وأن تكون في الجانب الخارجي ناظرًا للداخل». ويتم تعزيز هذه المعادلة، معادلة نحن في مقابل هُم.

مرحلة ٧: عملية «إعلان المثلية».

غالبًا ما يكون الوالدان هم آخر من يعلم بميول أبنائهم المثلية. يكون الصغار ذوي الهوية النوعية المشوشة حساسين بشكل زائد ويخافون من الرفض، «فيخرجون للنور» أولًا لأصدقائهم أو إخوتهم. حينما يتحدثون لكما أخيرًا، كوالديهم، قد يقولون شيئًا مثل، «من فضلكما اقبلاني علىٰ ما أنا عليه. أنا ابنكما المثلي. صنعني الله هكذا!» أو قد يصيحون غاضبين: «إذا ما رفضتما أن تقبلاني فقط كما أنا، فأنتما غير محبين وتعانيان من رهاب شديد للمثلية». وفوق كل شيء آخر، يكونون خائفين من أن يخسروا حبكما بعدما عملوا علىٰ مدار سنين من القلق الوجداني والذهني والجسماني والروحي ليتكيفوا مع انجذاباتهم لنفس الجنس.

لكن ماذا لو لم ترغبا في قبول أو استحسان الطريقة التي اختارها ابنكما للحياة؟ ماذا لو رفضتما أن تستدمجا التعريف الاجتماعي السياسي الحالي

---

(١) الرهاب هو خوف غير منطقي من شيء. وليس عدم اتفاق مبادئي. وقد أساء نشطاء «المثلية» استعمال هذا المصطلح.

للجنسية المثلية؟ كيف تعيشان أنتما وابنكما مع نموذجين متضاربين؟ وها هو السؤال الكبير: هل لا زال بإمكانكما أن تحبا ابنكما ومع ذلك تختلفان بشكل كامل مع اختياره أن يتبنىٰ هوية «مثلية»[١]؟

والجواب المختصر هو: نعم بإمكانكما. في الصفحات التالية ستكتشفان كيف تحبان ابنتكما حبًّا غير مشروط. ستكتسبان فهمًا عن الديناميات التي أدت بها إلىٰ المثلية وأشياء أخرىٰ، وربما إلىٰ سلوك مثلي. وستجدان طرقًا لخلق برنامج استراتيجي لجلب هبات من الشفاء والارتباط المحب مع ابنكما/ ابنتكما.

أهم ما عليكما تذكره وأنتما تبدآن في التواصل مع ابنكما ذي الميول المثلية هو أن حبكما يجب أن يكون حبًّا غير مشروط. إذا أعطيتَ انطباعًا سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة أنك تأمل أنك بزيادة محبتك لابنك ستجعله «يتغير»، تاركًا المثلية وراءه، فإن أفضل جهودك ستُرفض بشكل شبه مؤكد. إذا ما أشرتَ أنَّ

---

(١) هناك الآن هيئتان مستقلتان لآباء «المثليين». واحدة هي آباء وأصدقاء المثليين والمثليين السابقين PFOX Parents and Friends of Ex- Gays and Gays، والتي تشجع الوالدين أن يحبا أولادهما مع الاعتقاد بأن لا أحد يولد بالمثلية، وأن التغيير من مثلي إلىٰ غيري ممكن. (بعض الخدمات الإيمانية، مثل Joel: ٢٥ شجاعة Courage، ودائم الخضرة Evergreen، لديهم مجموعات مساندة منفصلة للأسرة والأصدقاء. وفلسفتهم مشابهة لفلسفة PFOX) الهيئة الأخرىٰ هي: آباء وأصدقاء المثليات والمثليين PFLAG- Parernts and Friends of Lesbians and Gays، والتي تشجع الوالدين أن يحتضنوا أبناءهم ويقبلوا مثليتهم علىٰ أنها فطرية غير قابلة للتغيير.

إحداث التغيير هو قصدك، ستبدو جهودك أمام ابنك في صورة تلاعب مستهين. من فضلك تذكر أن حبك يجب أن يُقدَم بطريقة غير مشروطة. «مجانًا أخذتم، مجانًا أعطوا» و«أحسن كما أحسن الله إليك».

لا يمكن للحب أن يأتي ببطاقة مكتوب عليها سعرٌ ما، «سأحبك مجانًا الآن، لكن للاحتفاظ بحبي للأبد، يجب عليك أن تعطيني شيئًا في المقابل. عليك أن تتوقف عن كونك ما أنت عليه». هذا ليس فقط نهجًا مضللًا، لكن تأكد أن ابنك قد تم تحذيره بالفعل ضد فكرة «التغيير» من قِبَل مؤيدي الجنسية المثلية. قبل أن تفكر حتىٰ في مناقشة إمكانية التحول من التوجّه المثلي إلىٰ التوجه الغيري، كن علىٰ دراية بالرسائل التي قد يكون قد تعلمها ابنك/ تعلمتها ابنتك عن العلاج الإصلاحي:

* يؤدي هذا النوع من العلاج إلىٰ الانتحار والاكتئاب.

* لا فائدة منه ويخلق أضرارًا أكثر من فوائده.

* إمكانية التغيير مرفوضة من الهيئات الطبية والعلمية الشهيرة.

* أولئك الذين يمارسون هذا النوع من العلاج ويروِّجون له (الذي يُسمّىٰ سخريةً «علاج التحويلي») لديهم رهاب المثلية وهم ضد المثليين.

* أي شخص يؤمن بتغير التوجه الجنسي هو جزء من «المتعصبين الدينيين» أو هو معالج مليئ بالكراهية وضد المثليين.

وهذه الرسائل لا أساس علمي لها وهي ببساطة غير صحيحة[١].

قد يكون الأمر قد استغرق أعوامًا إلىٰ أن وصل ابنك إلىٰ قبول انجذاباته لنفس الجنس علىٰ أنها فطرية وغير قابلة للتغيير. إذا ما قلت له، «لكن بإمكانك أن تتغير»، سيكون رد فعله التلقائي، «مستحيل. لقد عملتُ بجهد ضخم حتىٰ أقبل نفسي كمثلي. لا أريد أن أرجع وأرىٰ إذا كان ما تقولُه صحيحًا». ضع نفسك مكان ابنك. هل بعد مصارعتك لتتقبل انجذاباتك لنفس الجنس كنت ستريد أن تعيد تفكيك كل الموقف؟ ليس هذا بالاقتراح المغري. وهاذا ما تقوم به الآن.

إن استراتيجيتنا هي أن نحب هؤلاء الأبناء كما يحبنا الله -بالعيوب والتشوّش والهويات الخاطئة وكل شيء. وبينما نحبهم، نعيد مجددًا إيقاظ الطفل الداخلي المجروح والمفقود. بعدها، وبرعاية ولطف عظيمين، نسعىٰ لربط هذا الطفل المجروح مجددًا مع الوالد من نفس الجنس ومع الأقران من نفس الجنس.

---

(١) نشر د. روبرت سبيتزر من جامعة كولومبيا دراسة في أرشيفات السلوك الجنسي في أكتوبر ٢٠٠٣ عارضًا بوضوح أن الناس من الممكن بل ويحدث بالفعل أن يغيروا توجههم الجنسي. لقائمة شاملة من البحث الذي يستعرض فعالية التغيير من فضلك اذهب إلىٰ www.becomingreal.org/articles.htm. زر أيضًا مواقع أخرىٰ لترىٰ قصصًا للتحول الشخصي من التوجه المثلي إلىٰ الغيري (www.brothersroad.org; www.pathinfo.org).

بينما تفكر في التواصل مع ابنك، تذكر أن هناك شبكة من الأكاذيب قد تم نسجها حوله. والآن، بالحب والحق، لزام عليك أن تحل عقدة الضرر وتستعيد ابنك.

مدار الأمر علىٰ الانتماء

يحتاج الجميع للانتماء، سواء لعائلة أو مجتمع أو دين أو قبيلة أو بلد ما. يشعر الكثيرون ممن لديهم الانجذابات المثلية أنهم لم ينتموا قط، لم ينتموا قط لأي مكان. وبينما كانت ابنتكما تخفي سرها المؤلم عنكما، كانت تتظاهر «بالانتماء» معكما لكنها لم تشعر به قط في قلبها. والآن حيث تظن أنها لا تنتمي، تعتقد أنها قد وجدتْ القبول والعطف في المجتمع المثلي.

آمل أن أساعدكما في مساعدة ابنكما وأسرتكم في الشفاء. هذا الشفاء ليس إلا خلق مناخ حقيقي من الانتماء. يتعلق الأمر بالارتباط مع الوالد من نفس الجنس والأقران من نفس الجنس بطرق صحية شافية. لا نسعىٰ لفعل هذا لنتلاعب بأحد أحبائنا ذي الميل المثلي. بل نفعله لأن هناك خطأ ما يحتاج إلىٰ إصلاح. نفعل ذلك لأن الجروح العميقة ينبغي أن تُشفىٰ. وحينما يحدث الشفاء ينتج التغيّر.

في أغلب الأحيان، لم يتحد الابن المثلي داخليًّا بحب أبيه، واتحد بشكل زائد بأمه والإناث، وشعر بالتخلي أو الرفض من أقرانه من نفس الجنس. ولهذه الأسباب، وربما لأسبابٍ أخرىٰ، يعوزه الإحساس بهويته الجنسية.

يصح نفس الأمر مع ابنتكم المثلية. قد تكون قد أخفقت في الارتباط بشكل كافٍ مع «ماما» وقريناتها من نفس الجنس، قد تكون قد اتحدت بشكل زائد مع «بابا» وطريقته الذكورية، وقد تكون قد تم إيذاؤها من قِبَل رجال. لم يحدث لها طيلة الطريق وفي أي نقطة استدماج إحساس صحيٍّ بأنوثتها. إذا كان الارتباط بين البنت والوالدة آمنًا، لما كان لديها انجذاباتٍ مثلية.

من فضلك ضع في الاعتبار أن هذا ليس تعليقًا أو انتقادًا لطريقة تربيتك لأبنائك علىٰ الإطلاق. بل يتعلق الأمر برمته بإدراك الأبناء من منظورهم. بشكل عام هؤلاء الأبناء حساسون جدًّا. يُجرحون بسهولة وينفصلون وجدانيًّا علىٰ غفلةٍ منك[1]. لكنك اليوم في وضع يسمح لك بأن تصنع فارقًا ضخمًا في حياة ابنك.

إنها معركة الحب

بينما تعد نفسك لهذا الجهد الجديد، ستحتاج لجلَد وجداني وذهني وجسماني وروحي. تذكر دائمًا أن ابنك يخشىٰ بعمق أن يخسر حبك. وعلىٰ الرغم من أنه قد يكون قد تدرّب علىٰ كيفية «الخروج للنور»، لا يزال خائفًا أن تسحب أنت حبك واهتمامك. ستحتوي كل محادثاته معك علىٰ نصٍّ ضمني:

---

(١) جوزيف نيكولوسي، العلاج الإصلاحي للمثلية الذكورية (Narthvale, N. J.: Jason Aronson 1991) ص٣٤.

«هل تقبلني كما أنا؟» ما يقوله ابنك فعلًا هو: «ألا زلتَ تحبني، أم هل سترفضني؟».

سألني الكثير من الوالدين، «كم سيستغرق هذا، وما هي الخطوات الضرورية لأن أفوز بابني مجددًا؟» يعتمد طول الفترة الزمنية المطلوبة علىٰ أربعة عناصر: ١- تماسكك، ٢- قابلية ابنك، ٣- مدىٰ شدة جروح ابنك، و٤- تقدير الله. كما سنرىٰ في البرنامج العلاجي، هناك الكثير من الأشياء الإيجابية التي يمكنك أن تفعلها. وكلما استثمرت وقتًا أطول، كانت النتائج أعظم. بخصوص الجهود الضرورية لكسب ابنك مجددًا، ها هي نظرة مختصرة علىٰ العملية:

١- ثقف نفسك عن أسباب الانجذابات المثلية.

اقرأ كتبًا ومقالات، استمع إلىٰ شرائط أو اسطوانات مدمجة، شاهد فيديوهات أو اسطوانات تتحدث عن أسباب المثلية وعلاجها، وقم بحضور مجموعات مساندة للوالدين[١].

سيضطر بعض الأهل والأحباء للقيام برحلة من الاشمئزاز إلىٰ العطف. من الطبيعي اعتبار السلوك المثلي أمرًا كريهًا. هذا هو رد الفعل الداخلي لما لا نفهمه. ولهذا فإنه لأمر حتمي أن تتعلم عن حقيقة الانجذاب لنفس الجنس،

---

(١) للمزيد من المعلومات، انظر «قائمة بقراءات مقترحة» و«مصادر دولية» في نهاية هذا الكتاب.

وأن تستمع لأناس قد عانوا من هذه المشاعر، وأن تأتي في النهاية لموضع التعاطف والمواجدة العميقين مع رحلتهم. وسيستغرق منك ذلك وقتًا.

٢- ثقِّفْ نفسك عن الحركة المثلية وما قد يكون تعلمه ابنك.

لتعلم المزيد عن المعلومات التي قد تعرض لها ابنك، قم بقراءة كتب وصحف ومجلات مؤيدة للمثلية. من المهم أن تفهم كيف ولماذا يفكّر ابنك/ ابنتك عن فكرة كونهما «المثلي» أو «المثلية». ولهذا خصص وقتًا لتتعلم عن الفلسفة المؤيدة للمثلية. سيعطيك هذا بصيرة أعمق عن نظرة ابنك/ ابنتك.

٣- أدرك أنك الآن تدخل عالم ابنك.

فأنت تشعر وتختبر ما قد مر به ابنك أو ابنتك بالفعل، ربما لسنين: التشوّش، الأذىٰ، الإنكار، الألم، الغضب، الصدمة، الذنب، الخزي، والخيانة. باختصار، سيكون السؤال الذي تسأله لنفسك باستمرار، «لماذا أنا؟» اطلب دعمًا من عائلتك وأصدقائك ومجتمعك الروحي، واضعًا في اعتبارك أن البعض قد يكونوا قد قبلوا الأجندة المؤيدة للمثلية وبناء علىٰ ذلك قد لا يكونون علىٰ درجة المساعدة التي تتمناها. قم بحضور مجموعات لمساندة الوالدين أو شارك في فصولنا عن بعد عبر الهاتف[١]. قم برعاية نفسك جيدًا. قم برعاية

---

(١) مؤسسة التوجهات الإيجابية PATH ترعىٰ فصولًا عن بعد، وهي سلسلة من تسع حلقات دراسية للوالدين تدار لمدة ثلاثة شهور. تُدار الفصول عن طريق الهاتف/الانترنت وتستمر لمدة ساعة ونصف =

علاقتك بشريك حياتك (إذا كنت متزوجًا). حافظ علىٰ التوازن بينما تطلب معونة الله وهدايته.

٤- اشترك مع ابنك/ ابنتك.

مارس النوح معها ومن أجلها. استمع، استمع، استمع. كن السيد أو السيدة «أفم» (أبق فمك مغلقًا). سافر معها في رحلة عبر الزمن للماضي لتستكشف ما مرّتْ به. سيتطلب ذلك الكثير من الوقت، والتلامس، والحديث. كن صبورًا مع نفسك ومع ابنك/ ابنتك. تُعتبر هذه العملية أصعب إذا لم يكن ابنكما مقيمًا معكما في المنزل، لكني سأقدم بعض المقترحات عن كيفية العمل مع الأولاد الذين يعيشون في مكان آخر. واسمح لي بتقديم كلمة من الحكمة: توقّع الرفض، لكن لا تستسلم أبدًا.

٥- أسس الثقة، قوما ببعض الأنشطة معًا، واذهبا للقاءات من اختياره/ اختيارها.

أحب، امتدح، ربّت، احمل، دلل، وأشبع الاحتياجات غير المسددة للحب. هذا الأمر مهم خاصّة للوالد من نفس الجنس. استخدم كل مهارات

= الساعة. ندرّس في أول ثلاثين دقيقة عن فهم المثلية وكيف تساعد ابنك علىٰ الشفاء. بينما تكون الستون دقيقة الأخيرة فترة مفتوحة من الأسئلة والأجوبة. تستقبل تدريبًا شخصيًا وتحصل علىٰ دعم من المشاركين الآخرين في الفصل. (للمزيد من المعلومات. زر www.pathinfo.org).

الخطة العلاجية من أجل أن تخلق ارتباطًا آمنًا وإحساسًا عميقًا من الانتماء. أيها الآباء، انخرطوا أكثر في حياة أبنائكم. وأيتها الأمهات، افعلن نفس الشيء مع بناتكن. إذا كانتْ تريدُكِ أن تقرئي أحد كتبها أو مجلاتها أو مقالاتها المؤيدة للمثلية، فافعلي ذلك. إذا كان يريدك أن تذهب إلىٰ أحد لقاءات دعم المثلية، فاذهب. من المهم أن تظهر حبك واهتمامك عن طريق «الاشتراك» في عالمه، ورؤية الأشياء من منظوره. لا يعني هذا أنك تتغاضىٰ أو توافق علىٰ السلوك أو أسلوب الحياة. بل يعني أنك تحب ابنتك/ابنك وتريد أن تتفهم منظورهما[١].

٦- اسْعَ للحصول علىٰ مساعدة متخصصة: علاج نفسي، ندوات، وجلسات شفاء أسري.

ابحث عن معالجين محليّين يتفهمون ما تحاول فعله ومستعدين لمساعدتك. يمكنك حضور بعض ندوات الشفاء التي ننظمُها إن كانت قريبة منك، أو تشارك في جلسات خاصة للشفاء الأسري، أو تذهب إلىٰ لقاءات شفاء أخرىٰ خاصة بترابط الوالدين مع الأبناء. إذا كان ابنك معنيًا بالشفاء من المثلية غير المرغوبة،

---

(١) اختار بعض الوالدين أن يقرؤوا كتب ابنهم ويذهبوا لاجتماعاتهم بشرط فعل الابن الأمر ذاته مع فكرة التغيير. بينما قد تنجح هذه الاستراتيجية مع البعض، إلا أنها تخفق في معظم الحالات. قم بما يرغبونه من أجل أن تقترب أكثر وتخلق حميمية أعظم.

شجعه علىٰ حضور عطلة نهاية أسبوع في رحلة نحو الرجولة Journey Into Manhood (JIM)، أو مغامرة في الرجولة Adventure in Manhood (AIM) أو ندوات الأب والابن والأم والبنت للشفاء والتي تنظمها مؤسسة التوجهات الإيجابية PATH[(١)]. قد ترغب أيضًا في الانخراط مع مجموعات تساعد ذوي الميول المثلية غير المرغوبة. لكن ضع في اعتبارك ألا تدفع الأمور دفعًا زائدًا. لأنك إذا فعلت هذا، تنتج مقاومة بل وتمردًا.

فيما يخص آراءك، فنصيحتي هي أنك ينبغي أن تعلن ما تعتقده بشأن المثلية مرة واحدة ومرة واحدة فقط. من فضلك لا تكرر معتقداتك مرارًا وتكرارًا. إذا قمت بالتنبيه المستمر علىٰ القيم الأخلاقية، ستصرف عنك ابنك الذي هو بالفعل فاقد الارتباط، وستخسر أرضًا قيّمة. قد تظن أنه ما لم تكرر باستمرار، «أنا لا أؤمن بالمثلية» فإن ابنك سيفترض أنك تقبل هويته «كمثلي» وسيذهب لمدىٰ أبعد في هذا الأسلوب الحياتي. تكرار عرض الموقف الرافض سيؤدي فقط إلىٰ تعزيز إحساس ابنك «بعدم الانتماء» لك وستبعده عنك أكثر وعن إله محب. التذمر والحديث المستمر عن شريعة الله أو عن عدم رضا الله سيرسل من

---

(١) انظر لـ «ندوات الأب والابن والأم والبنت للشفاء» في نهاية هذا الكتاب للمزيد من المعلومات عن هذه الندوات.

يصارعون مع المثلية مباشرة إلىٰ أحضان عالم المثلية التعس. ضع في اعتبارك أننا كبشر تملؤنا العيوب، نكون أكثر احتياجًا للحب حين نكون أقل استحقاقًا له.

لقد وجدت العند أو السلوك المعارض جزءًا لا يتجزأ من حالة المثلية. كما رأيت مرات عديدة أن ذوي الرغبات المثلية يكونون مجروحين جروحًا عميقة سواء كانوا واعين أو غير واعين لذلك. فبينما هم غير قادرين علىٰ الوصول لجراحهم، والتي غالبًا ما تنطوي علىٰ ديناميات أسريّة في الماضي، قد يفعلون أشياء لمضايقتك كوسيلة للانتقام. فوق كل شيء آخر، هم يحتاجون إلىٰ حبكما، لكن ربما لم يختبروه للدرجة التي يشعرون معها بمدىٰ حاجتهم إليه. من فضلك لا تمنع حبك أو أي شيء آخر، مثل الماليات، في محاولة للتحكم في سلوك ابنك. إذا كان الحب الذي تظهره نحو ابنك ذي الميول المثلية مشروطًا، ومحجوبًا في أي وقت شعرتَ فيه أنت بعدم الرضا، فمن شأن ذلك توسعة الفجوة بينكما.

لذلك قد لا تجد الكثير من الحب نحوك من جهة ابنك ذي الميل المثلي، علىٰ الأقل ليس في البداية. عوضًا عن ذلك توقع أن تُرفض حين تبذل جهودًا أكثر لأن تحب وتستمع. لدىٰ الرجال والنساء ذوي الميول المثلية دروعًا كثيرة علىٰ قلوبهم، ودفاعات كثيرة وجروحًا أكثر دُفنتْ حيةً. لذلك في البداية قد

يرفضون محاولاتك في التعبير عن الحب. من فضلك تشبّث. لا تتراجع، وفي النهاية سيفتحون لك الباب.

في البداية، قد تجد نفسك تفعل أشياء خاطئة وتقول ما يبدو وكأنه الكلام الخاطئ. حاول ألا تقلق أو تنتابك الهواجس بشأن ما قد قلتَ أو فعلتَ، فالأخطاء تحدث للجميع لأن منحنىٰ التعلّم ضخم. ببساطة سل ابنك أو ابنتك أن يكونا صبورين معك، وبينما تحاول أن تجد طريقك في هذه المتاهة من التحديات، كن رحيمًا بابنك أو ابنتك وبك أنت أيضًا.

وبينما أنت في هذه المهمة، اشرح مجهوداتك لأبنائك الآخرين، وأقربائك وأصدقائك، [إن كانوا علىٰ علمٍ بالأمر]. من المهم أن تثقفهم بشأن حقيقة المثلية وكيف يمكنهم أن يساعدوا ابنكً علىٰ الشفاء. علّمهم عن هذه الخطة الاستراتيجية للحب. أعطهم كتبًا ليقرؤوا، شرائط أو اسطوانات مدمجة ليستمعوا وفيديوهات وDVDs ليشاهدوا. اطلب منهم زيارة المواقع الإلكترونية المصممة لمساعدة من يصارعون مع المثلية. وبلباقة ساهم في تصحيح المعلومات المغلوطة التي ربما التقطوها في طريقهم.

تحدث مع قس كنيستك أو الحاخام أو الكاهن أو الشيخ. قد يكون بعض رجال الدين قد خُدعوا من الدعاية الداعمة للمثلية من جانب، أو قد يرفضوا ويدينوا أي شخص يختبر انجذابًا لنفس الجنس علىٰ الجانب الآخر.

ابذل قصارىٰ جهدك لمساعدة قادتك الروحيين ليفهموا ما قد تعلمتَه، وشجعهم أن يتكلموا معك علىٰ مدار العملية. إذا لم تجد انفتاحًا لبرنامجك، قد يكون من الحكمة أن تسعىٰ للتواصل مع فرد آخر من رجال (أو سيدات) الدين الذين سيدعمونك في جهودك.

ثلاثة أنواع من الأبناء ذوي الميول المثلية

بحسب خبرتي، هناك بشكل أساسي ثلاثة أنواع من الأبناء ذوي الميول المثلية.

أولًا: هناك مثليو الميول غير المرغوبة والذين يتمنون التغيّر، ويريدون أن «يخرجوا للنور» لكن كغيريين.

ثانيًا: هناك أولئك المشوشون أو المترددون بشأن جنسانيتهم. ليسوا بمتأكدين أي اتجاه يسلكون.

وثالثًا: هناك من يرىٰ نفسه «مثليًّا»، «مثلية»، «مزدوجي الميل» أو «مخنثًا». وهذا النوع الأخير يعتقد في خرافة المثلية «الفطرية وغير القابلة للتغير». فهم مقتنعون أنهم وُلدوا هكذا ولذا فالتغير غير ممكن.

بالطبع، من الأسهل العمل مع النوع الأول من الأبناء لأن لديهم الدافع للتغيّر. يمكنك أن تستخدم كل الأدوات المقترحة في هذا الكتاب، وعلىٰ

الأرجح، سيكون ابنك مستقبلًا لحبك واهتمامك وعاطفتك. قد يكون هناك بعض المقاومة من ابنك أو ابنتك بسبب الانفصال الدفاعي الذي خلق الانجذابات لنفس الجنس في المقام الأول. ومع ذلك، لا تزال هناك أرض مشتركة للتعاون. ومن فضلك، كن علىٰ دراية بأنه كجزء من رحلته في الشفاء، قد يؤسس ابنك حدودًا جديدة، متعلمًا أن يضع فواصل مع الوالد من الجنس الآخر أو مع الوالدين كليهما. ستكون هذه مهمة صحية في نمو ابنك/ابنتك حيث يبدأ أو تبدأ في تعريف كيانه أو كيانها كشخص، وبناء ذاتيته، ربما لأول مرة علىٰ الإطلاق. في النهاية سينفتح ابنك مجددًا. لكن هذه المرة سيكون فردًا صحيًّا وأكثر تكاملًا. ولقد قمتُ بتدريب العديد من الآباء ممن كان أبناؤهم منخرطون بالفعل في شفائهم، وهذه العملية تسير بسرعة أكبر كثيرًا حين يكون كلا الآباء والأبناء مشاركين.

كل المبادئ المقدمة في هذا البرنامج العلاجي تنطبق علىٰ النوع الثاني من الأبناء، أولئك المشوشين أو المترددين بشأن جنسانيتهم. إذا كان ابنك لا يزال مقيمًا في المنزل وقمت بتنفيذ هذا البرنامج في أسرع وقت ممكن، قد تحُول دون سيره أو سيرها في الطريق المؤدي إلىٰ استبطان الهوية «كمثلي» أو «مثلية». إذا كان ابنك مقيمًا بمفرده، لا يزال هناك الكثير مما يمكنك فعله للمساعدة في حدوث الشفاء. بالطبع، يكون الأمر أصعب بكثير، لكنه ممكن بالتأكيد. من

فضلك اقرأ قصتين رائعتين من التحول في نهاية الخطوتين الثامنة والعاشرة، هاتان العائلتان ساعدتا أبنائهما المشوشين أن يخرجوا للنور كغيريين.

وفي النهاية، النوع الثالث من الأبناء هم أولئك الذين يعتقدون أنهم وُلدوا بالمثلية. تنطبق عليهم نفس كل أدوات التربية أيضًا. الفارق الوحيد، في معظم الحالات، هو أن الأمر سيستغرق وقتًا أطول لإحراز تقدم. هناك سببان لهذا:

١- لدىٰ ابنك أو ابنتك حاجزًا ذهنيًا -«أنا مثلي وانتهىٰ الأمر»- وهو ما يمنعهما من استكشاف الأسباب الجذرية لما لديهما من الانجذابات المثلية.

٢- لديهما العديد من الدروع الدفاعية والحُرّاس علىٰ قلبيهما وذهنيهما مما يحجزك عن الاقتراب. يمثل هذه الأمر درجة أعلىٰ قليلًا من التحدي، ومع ذلك لا يزال ممكنًا مساعدتهما ليختبرا في النهاية هويتهما الجنسية الحقيقية ويأتيا إلىٰ ملىٰء غيريتهما الفطرية.

يعمل هذا البرنامج مع كل أنواع الأبناء ذوي الميول المثلية وهذا هو الخبر السار. قد درّبتُ بنجاح آباء لديهم أبناء يرغبون في التغير، وأبناءً متشككين في جنسانيتهم، وأبناء يرون هويتهم «كمثلي» أو «مثلية». سمح لهم استخدام هذه الأدوات والمهارات علىٰ أساس منتظم ومتسق بأن يحرزوا تقدمًا مع أبنائهم وبناتهم مثليي الميول. ستقرأ بعضًا من قصصهم الرائعة في الشفاء علىٰ مدار الكتاب.

هناك عدة مفاتيح للنجاح: كالصبر، والاتساق، والتوجّه الإيجابي. مارس استخدام المهارات المفيدة التي ستتعلمها في هذا البرنامج. احتفظ بتوجه إيجابي، استمر في سكب الأنواع الصحيحة من الحب في قلب ابنك، دع آخرين ليدعموك في هذا المسعىٰ، وسل الله دومًا معونته وهداه، وفي النهاية سيكون هناك تغيير في منظومة الأسرة. ستحتاج لأن تعتني بنفسك بينما تقدم عطاءك لابنك ذي الانجذابات المثلية. الشفاء هو رحلة وليس محطة وصول.

أنت الآن بصدد وضع الحب في مكانه الصحيح. إذا داومتَ علىٰ التعبير عن العاطفة الصحية والتشجيع والقبول لابنك أو ابنتك (غيرَ قابلٍ للهوية «كمثلي» أو «مثلية»، بل شخصه الحقيقي)، ستصل في النهاية إلىٰ قلبه أو قلبها وتفتحه علىٰ مصراعيه. أؤكد مرةً أخرىٰ، المسألة مسألة وقت.

بيد الله وحده مقاليد التغيير

ثق في الله أن يغير ابنك ذا الميول المثلية. بينما تعمل عملك، يمكنُك أن تثق أن الله سيكون حاضرًا أيضًا؟ استخدم البرنامج العلاجي والأدوات لخلق حميمية أعظم. بمجرد أن تنجح في القيام بخلق بيئة من الانتماء، ستكون هي التربة الخصبة والغنية حيث يمكن لابنك أن يُشفىٰ وينمو إلىٰ هويته الجنسية الحقيقية.

من المهم أن نذكر أنفسنا أنها ليست بمسؤوليتنا أن نغير أي شخص. الأمر

شاق بما يكفي لمجرد تغيير أنفسنا! ومَن منا نجح في تغيير شريك حياة علىٰ طول فترة الزواج؟

هناك ثلاث طرق أساسية للمساعدة في عملية التشكُّل:

١- غيّر نفسك. كما قال غاندي، «كن أنت التغيير الذي تتمنىٰ أن تراه في العالم».

٢- كن مصدرًا لفائض من الحب، بكل أشكاله، باستخدام الاستراتيجيات التي تجدها في هذا الكتاب.

٣- كن مثالًا بحبك الثابت غير المشروط، واضعًا في اعتبارك أن معظم العلاقات المثلية لا تدوم. هدف هذا البرنامج العلاجي هو خلق حميمية أعظم وترابط آمن مع ابنك ذي الانجذابات المثلية.

قد سمعتُ بعض الأولاد ذوي الميول المثلية يقولون: «يبدو أنني أنا الآن هدف إنجازك». قد تجيب قائلًا: «نعم، أنت مشروعي للحب. سأحبك بكل حياتي، مهما حدث. من فضلك علمني ماذا تحتاج. لن أهجرك أبدًا!» أيًّا كان ما يحدث، ضع إيمانك في الله وابذل قصارىٰ جهدك. وسيقوم هو بالباقي.

لا تستسلم أبدًا

تمثل المثلية انفصال شخص عن إحساسه بكونه ذكوريًّا أو إحساسها بكونها أنثوية. إذا أمكن بناء رابط آمن بين الابن والوالد من نفس الجنس وأيضًا مع

نماذج للقدوة من نفس الجنس شاعرين بأمان بشأن هويتهم الجنسية، وتم أيضًا بناء حدود صحية مع ابنك والوالد من الجنس الآخر، سيكون وقتها علىٰ المسار الصحيح نحو تعافٍ ممكن لهويته الجنسية. حين يشعر رجلٌ بذكورته، سينجذب للمعاكس، امرأة. حين تشعر امرأةٌ بأنوثتها، ستنجذب للمعاكس، رجل.

حين يعمل الرجال والنساء ذوو الميول المثلية علىٰ جروحهم المحورية، ستتحول حياتهم في خلال هذه العملية. وباشتراكك أنت، ستتحول حياتك أيضًا. ستختبر أنت وابنك أو ابنتك كلاكما حبًّا وعطفًا أكثر. بقيامك بفتح قلبك لابنك المجروح، ستنمو أنت أيضًا. ضع هذه الأشياء الأربعة في اعتبارك خلال العملية:

١- ابنك مجروح، ويحتاج ارتباطًا آمنًا مع الوالد من نفس الجنس والأقران من نفس الجنس.

٢- ليست المسألة هي كون الشخص مثليًّا أم غيريًّا، المسألة هي في أن يختبر الشخص الهوية الجنسية الحقيقية له.

٣- المثلية هي أمر يتعلق بالنمو والتطور ولا يتعلق -بشكل أساسي- بالجنس.

٤- أحيانًا كثيرة ما تكون المثلية مرتبطة بالتعلّق غير الصحي مع الوالد من الجنس الآخر أو مع أفراد من الجنس الآخر.

ثلاثة جوانب للشفاء

ينقسم هذا الكتاب لثلاثة أقسام:

القسم الأول عن الشفاء الشخصي: الاعتناء بنفسك، التعامل مع أمورك أنت، واختبار حب الله.

القسم الثاني عن الشفاء العلاقاتي: فهم أسباب المثلية لدىٰ ابنك أو أحد أحبائك، تعلُّم مهارات التواصل الفعال، وضع الحب في مكانه الصحيح، خلق حميمية أعظم مع ابنك أو ابنتك، اكتشاف لغة الحب الخاصة به أو بها وإظهار التعاطف الملائم.

القسم الثالث عن الشفاء المجتمعي: خلق بيئة مُرحّبة في بيتك ومكان العبادة، التواصل مع رفيق ابنك [إن كان ثمة رفيق]، وكيف تجد مرشدًا للمساعدة في عملية الشفاء.

قد ترغب في قراءة الأقسام بالترتيب الذي سيظهرون به. ولكن قد ترغب، لأسبابك الخاصة، أن تركّز علىٰ خطوة ما والتي تتحدث إليك في لحظة خاصة. آمل أن تقوم، في النهاية، بقراءة كل الكتاب وتطبيقه علىٰ ظروفك. باستيعابك لهذه الأفكار وممارسة هذه المهارات، ستبدأ في تكوين حسن تقدير فتعرف كيف تستجيب لابنك في أي موقف أيًّا كان. إعادة قراءة الكتاب ستساعدك أن تطعّم هذه الأفكار في حياتك اليومية.

خذ خطوة واحدة في الوقت الواحد، وتذكر أنك لست في احتياج لأن تقوم بالعديد من الأنشطة الزائدة عن الحد في نفس الوقت. الأهم من ذلك كله، تفهّم أن هذه ما هي سوىٰ مقترحات، وسيلة من أجل غاية. بينما تجد طرقًا لإظهار حبك لابنك ذي الانجذابات المثلية، كن صبورًا مع نفسك. وتذكر دائمًا، أن من يحب أكثر يربح أكثر. وأخيرًا وليس آخرًا، ضع في اعتبارك هذه الكلمات الثلاث اللاتي قد أعطينني قوة خلال بعضٍ من أعظم التحديات في حياتي:

لا تيأس أبدًا.

القسم الأول
الشفاء الشخصي

القسم الأول هو عن الاعتناء بنفسك، التعامل مع أمورك أنت، واختبار حب الله. ستصادف العديد من المشاعر علىٰ طول الطريق. ومن المهم أن تعتني بنفسك وبزواجك (إذا كنت متزوجًا). إذا ما أردتَ أن يُشفىٰ ابنُك، اعمل أنت علىٰ شفاء نفسك. قُد بكونك نموذجًا. اسع للدعم من عائلتك، أصدقائك، مجتمعك الروحي، والله.

❊ **الخطوة الأولىٰ**: اعتن بنفسك.

❊ **الخطوة الثانية**: اعمل عملك أنت.

❊ **الخطوة الثالثة**: اختبر حب الله.

الخطوة الأولى
اعتن بنفسك

يعتبر الاعتناء بالنفس أمرًا مصيريًا عند التعامل مع أحد الأحباء ذوي الميول المثلية. ستحتاج أن تتعامل مع مشاعرك، وأفكارك، وحياتك الروحية بطرق صحية. وبشكل عام يكون التحدث مع الآخرين عن إدمانات العقاقير أو الكحول أو الإدمانات الجنسية أيسر من مناقشة موضوع الجنسية المثلية. لقد قطعنا شوطًا طويلًا في التعامل مع هذه الأمور الأخرىٰ، لكن لا يزال هناك خزيٌ إضافي في التعامل مع المثلية - لابنك ولك أنت أيضًا. نستطيع تغيير هذا التناقض فقط عن طريق التثقيف. ثقف نفسك أولًا، ثم أحباءك، وفي النهاية المجتمع الداعم حولك.

تتضمن الأحاسيس والمشاعر الأولية والتي من الممكن أن تستمر في اختبارها: الصدمة، والإنكار، والذنب، والخزي، والاشمئزاز، والتشوش،

والفقد، والغضب، والحزن، والخيانة، وفقدان الثقة، والخوف، والنوح. ربما ستقولها ألف مرة: «لا أستطيع تصديق أن هذا يحدث لي!» نعم، إن الأمر مدمر. ما من أب أو أم يريدان أن يضطر ابنهما للتعامل مع المثلية. الحياة قاسية بما يكفي. لكن ها هو الوضع، ولم يعد الأمر عن «أولئك الآباء». إنه عنك أنت وعن ابنك أو ابنتك.

ارفق بنفسك

كن رؤوفًا مع نفسك. المشاعر هي أوصاف مجردة عن الأحكام. ليست هناك مشاعر جيدة أو سيئة، هي فقط موجودة. وستمر بالعديد منها مرات ومرات عديدة. قد تختبر مشاعر النفور أو الارتداد، أو كما أسماها أحد الوالدين في فصل من الفصول، عامل آل «يع». هذا هو رد فعل داخلي تلقائي للمثلية يختبرُه معظم الناس. إنه دفاع بيولوجي مبني داخلنا لكل ما لا نفهمه أو لما نخشاه. بالنسبة لأي شخص لم يختبر الانجذابات المثلية مطلقًا، رد الفعل الداخلي يكون غالبًا هو: «يع! كيف لأي إنسان أن يريد شيئًا كهذا؟ إنه ضد الطبيعة». نعم، إنه ضد القانون الطبيعي. ولكن ابنتك قد صارعت مع المثلية لأسباب عديدة وقد حاربَتْ وقتًا طويلًا وبشدة حتىٰ تكتسب قبول النفس. والآن تجد للرغبات المثلية شعورًا طبيعيًا لديها.

يشرح الكاتبان بيتر وباربرا وايدن:

«[أحد] أسباب تحاشي العديد من الناس لموضوعنا هو الإيمان الراسخ السائد بأن المثلية لا علاج لها. وكان هناك اعتقاد مماثل ولزمن طويل بشأن السرطان، وهو ما جعل السرطان موضوعًا غير قابلٍ للكلام عنه [المرض الوِحِشْ]. لكن في السنوات الأخيرة، انتشرت بشكل ملحوظ الأخبار عن إمكانية الشفاء من السرطان، ولم يعد الموضوع من التابوهات. لكن لم تنتشر الأخبار عن إمكانية الشفاء من المثلية. هناك فارق أكثر وضوحًا وهو أنه وبينما لا يمكن الوقاية من العديد من أشكال السرطان بفعالية، إلا أن معظم أشكال المثلية -بل ويمكن تصور أن تقريبًا كل أشكالها- يمكن الوقاية منها بفعالية»[1].

هناك منطقة أخرىٰ قد تكون مسببةً لنفورك وهي أن لها علاقة بأفكارنا عن العائلة التقليدية. يعيد المجتمع المثلي تعريف الأسرة من خلال الاقتران بنفس الجنس، والتبني، وولادة الأطفال عن طريق التلقيح الصناعي. في جميع الاحتمالات، ليس هذا ما حلمتَ به أو تمنيته لمستقبل ابنتك. إن إعلان مثليتها قد يتضمن أيضًا خسارة أحلامك في زواجها ووجود أحفادٍ لك.

علىٰ مدىٰ هذه الرحلة ستدرك أن عليك أن تقاوم ردود أفعالك الداخلية التلقائية -فيسيولوچيتك الدفاعية- وتركز بدلًا منها علىٰ أسباب المثلية والشفاء.

---

(١) بيتر وباربرا وايدن: التربية الغيريّة. (New York: Stein and Day. 1968). ١٩٦٨ ص١٨.

وهذه هي أفضل طريقة للاستجابة لابنك وللآخرين ذوي الجنسيةالمثلية -إظهار النوع الصحيح من الحب، والأعمق من مجرد الشعور. كثير مما ستحتاج أن تقول أو تفعل سيكون معاكس للحدس الخاص بعامل آل «يع». وستأخذ هذه العملية منك وقتًا، فكن صبورًا مع نفسك وأحبائك. اسألهم أن يكونوا صبورين معك. فأنت علىٰ كل حال في عملية تشبه كثيرًا عملية النوح لفقد جلل.

ميّز الخمس مراحل للنوح

تتحدث د. إليزابيث كابلر -روس عن خمس مراحل للنوح في كتابها: «عن الموت والاحتضار»[١]. وها هي الخطوات الأساسية، وكل منها يمكن تطبيقه علىٰ حالة اكتشاف أن ابنك لديه انجذاباتٍ مثلية:

١- الإنكار: «لا يمكن أن يكون هذا بالفعل حادثًا معي/ معنا/ معه/ معها».

٢- الغضب: «لماذا حدث هذا؟ لقد بذلتُ قصارىٰ جهدي».

٣- المساومة: «يا رب أرجوك، إذا فعلنا ......، غيّره/ غيّرها».

٤- الاكتئاب: «إن الأمر حقيقي، ولا أستطيع التحمل. الأمر مؤلم أكثر مما يمكنني أن أحتمل. أريد أن يتزوج ابني وينجب أطفالًا. لقد ضاعت أحلامي».

---

(١) د. إليزابيث كابلر- روس: عن الموت والاحتضار. (New York: Collier. 1969) ١٩٦٩.

٥- القبول: «نعم، هذا حقيقي. والآن ماذا؟ ماذا يمكنني أن أفعل لأساعده/ لأساعدها؟ كيف يمكنني أن أعتني بنفسي في هذه العملية؟».

ستعيد زيارة هذه الصفحات مرارًا وتكرارًا. من المهم أن تستمر في التعبير عن مشاعرك وأفكارك لشريك حياتك، أصدقائك، وأحبائك وأيضًا لنفسك ولله. كلما كنتَ أكثر قدرة علىٰ التعبير عن نفسك، ستعبر أسرع في المراحل الخمس. وكما يقول القول المأثور: «لزامًا عليك أن تشعر وتكون حقيقيًّا لكي تُشفىٰ». المشاعر التي يتم دفنها حية لا تموت أبدًا، بل إذا ما تركت المشاعر دون التعبير عنها، تُكبت، وهو ما يعقّد الموقف أكثر.

لا تحاول أن تدير الأشياء بمفردك. فنحن نوجدُ في شكل علاقات. إذا شاركتَ أفكارك ومشاعرك فقط مع الله أو مع وسادتك ليلًا، فما أنت إلا تطيل من مدة الشفاء. لن يساعدك هذا ولن يساعد ابنك. ابحث عن آخرين لتشارك معهم مشاعرك.

بينما تتعامل مع مثلية ابنك، قد تجد نفسك مثقلًا بالذنب. «كل هذا هو خطئي» هو رد فعل طبيعي، لكنه ببساطة غير صحيح. تأكد أن هنالك العديد من الأسباب الممكنة للمثلية لدىٰ ابنك. نقطة هامة للإدراك والتذكر هي الآتي: ليست طريقة التربية هي التي تخلق المثلية في الرجال والنساء. بل الحساسية البالغة للطفل جنبًا إلىٰ جنب مع استقباله عن التربية وتأثيرات اجتماعية أخرىٰ هي التي تصنع كل الفرق، حيث يصبح استقباله هو واقعه.

معظم الأطفال الذين تنمو لديهم الميول المثلية يكونون في غاية الحساسية ويُجرحون بسهولة. بعد اختبارهم لبعض الجرح، ينعزلون وينفصلون وجدانيًّا -بوعي أو بدون وعي. وهذه هي النقطة التي تخرج عندها العلاقة عن مسارها. يتعلق الشفاء من المثلية بإعادة تعقب تلك الخطوات، والرجوع للموضع الذي انحرفت عنده الأشياء عن مسارها، وإعادة التواصل بشكل صحيح مع ذات الفرد ومع والديه.

نعم، ستختبر العديد من المشاعر الصعبة. تأكد أنه لا توجد طريقة «صحيحة» لاجتياز هذه الأمر. خذ وقتك. شارك بما في قلبك مع الله وآخرين. قدّمتْ إحدىٰ الأمهات في أحد الفصول تعليقًا قائلة: «لماذا فعل الله هذا معي ومع ابننا؟ أشعر بالغضب والتشوش الشديدين. أشعر أني غارقة في مشاعري، ولا أستطيع التكيف مع هذا!» كانت مجروحة وحزينة لشهور عدة. لكن أخيرًا، بعد الدراسة والاستماع للتعليم ولخبرات الآباء الآخرين، كان تعليقها الأخير: «لقد تعلمتُ أن الله لم يفعل هذا مع ابني. كنتُ أشعر بالخيانة منه ... لكن توصلتُ أخيرًا لإدراك أنه لم يتسبب في حدوث هذا الأمر».

تستغرق عملية النوح وقتًا ولها إيقاعها الخاص بها[١].

---

(١) جرانجر إ. ويستبيرج: النوح الطيب ... الطبعة الـ ٣٥ (Minneapolis: Fortress Press, 1997). ويستبيرج يصف المراحل العديدة من النوح، والتي لها علاقة مباشرة مع اختباراتك الخاصة مع ابنك ذي الميول المثلية.

لا علاقة -فعلية- بين الميول المثلية والجنس

كما رأينا، تنبع المثلية من مصادر عدة. في المقام الأول تتعلق بجروح وجدانية لم تُشفَ واحتياجات مشروعة وغير مشبعة للحب. سيكون عملك أسهل إذا ركّزت علىٰ قلب ابنك المجروح، لا علىٰ السلوك الجنسي. اسعَ للوصول إلىٰ الطفل المتألم بداخل المراهق أو الراشد، الطفل الذي يصرخ طالبًا للحب. أنت هو الإجابة، ليس رفيقه، ليست رفيقتها. أنت هو الحل للشفاء من المثلية لدىٰ أحد أحبائك، والتي هي قصة طفل مجروح يبحث عن الحب في كل الأماكن الخاطئة وبكل السبل الخاطئة.

أهلًا بك في عالم ابنك

بعد اكتشاف مثلية ابنك، من الأرجح أنك اجتزتَ في مراحل الصدمة، والألم، والنوح، والإنكار، والتشوش، وفقدان الأمل، و«لمَ أنا؟». هذه هي نفس العملية التي قد اجتازها غالبًا ابنك لسنوات، رغم أنك لم تكن تعلم بذلك أبدًا. «أهلًا بك في عالمي» هي جملة قد يقولها ابنك أو ابنتك لك. أليس هذا مؤلمًا إذا فكرت فيه؟

> دون معرفة والديهم، يضطر الصغار ذوو الميول المثلية للتعامل مع هذا «الثمار التي لم يزرعونها». استغرق الأمر منهم سنوات ودموعًا حتىٰ يصلوا إلىٰ موضعٍ ما من القبول. أنت الآن تدخل

عالمهم؛ إنه لأمر مؤلم، عالم مجهولٌ. شارك أفكارك ومشاعرك مع ابنك. مارسا النوح معًا إذا ما شعرتَ بالارتياح لذلك. انظر للموقف من وجهة نظره، فلدىٰ ابنك الكثير والكثير ليعلمك إياه.

بعد مناقشة هذه الفكرة في أحد الفصول ذات مساء، أرسلت لي أم رسالة إلكترونية طويلة، وكانت كل كلمة في هذه الرسالة معبرة جدًّا:

«لقد كان تعليقك: «أهلًا بكما في عالم بيتر» نقطة تحول في رحلة شفائنا. في منتصف شهر أبريل كنت شاعرة أني مغمورة جدًّا بجهودي للتعامل مع مثلية بيتر. كان يقترب من عيد ميلاده السادس والعشرين، وبينما كنت مستغرقة في الذكريات علىٰ مدار السنين، كانت لديّ مشاعر شديدة من كوني فاشلة كأمه. كانت عشرة شهور قد مرت منذ أن عرفت عن مثليته. كنت مغمورة بمشاعر عدم التصديق والنوح، وكان هناك حزن مؤلم يمزق قلبي في كل لحظة. كان يطاردني الخوف من المجهول بمدىٰ ما كان يواجهنا بشأن الانجذابات غير المرغوبة لديه. مرعوبة، مرعوبة جدًّا، بشأن ما كان ينتظره وينتظرنا في أسلوب الحياة المثلي . . . عُزلة، وحدة، إيدز، رفض العائلة والمجتمع، ومجموعة من الأشياء التي تخيلتُها. كنت مُحرجة، خجلانة، مذعورة، وحزينة جدًّا جدًّا.

وبينما كنت أشارك بمشاعري تلك خلال الفصل الدراسي للآباء حتىٰ أعلنتها أنت وبكل بساطة: «أهلًا بكما في عالم بيتر!». في هذه اللحظة عرفتُ لأول مرة أني كنت أختبر فقط نموذجًا مصغرًا من حياة بيتر اليومي؛ فاتضعتُ. حين شارك مشاعره ورحلته في المثلية معنا، كان هذا كل ما في الأمر، رحلته. وبالرغم من أننا كنا قد تحدثنا معه، وبكينا معه، وعلىٰ الرغم من أنه شاركنا نفس كلمات المشاعر عن خبرته، لم نكن نتفهم بشكل كامل. في هذه الجملة البسيطة، «أهلًا بكما في عالم بيتر»، كانت هناك وحدة مشاعر مع ابننا. وجدنا تقديرًا جديدًا لما كان عليه الأمر بالتأكيد بالنسبة له طيلة الوقت الذي كان يتعامل فيه مع مثليته بمفرده، باحثًا عن إجابات، مصليًا، وساعيًا في كل الأماكن الخاطئة.

بمنظورنا الجديد، أقمتُ أنا وهاري علاقة جديدة مع بيتر. هناك احترام جديد بيننا. لأول مرة علىٰ الإطلاق نضع أنفسنا، بطريقة ما، مكانه. نشعر باختلافنا. بمجرد تغييرنا لمنظورنا، بدأنا ملاحظة تغيرًا في بيتر. أصبح لديه توجّهًا جديدًا نحونا، حساسية أكثر حقيقيةً. تحدثنا معه، وبكينا معه، وأخبرناه -لأول مرة- أننا أدركنا أن مشاعرنا كانت تعكس مشاعره بشكل قريب جدًّا. لم تكن

لدينا أدنىٰ فكرة عن حجم ما كان ولا يزال يتعامل معه إلىٰ أن حاولنا التعامل معه بأنفسنا.

عالم بيتر ليس بالعالم السهل. لكنه العالم الذي يعيشه. نشعر بالبركة أننا قد مُنِحنا هذه النظرة الحقيقية المليئة بالبصيرة نحو عالمه بغض النظر عن مدىٰ كونه عالَمًا مُخيفًا، لنا وله. والآن فإن الرحلة مستمرة لمساعدته في أن يجعل عالمه أفضل مكان ممكن. بمنة الله وإرشاد ريتشارد، نشارك الآن شعورًا جديدًا مع بيتر، وهو الأمل والرجاء.

اعترف بوقوع الشتائم والرفض

تخيل الذهاب للمدرسة يوميًّا متسائلًا متىٰ سيقول لك طفل آخر: «إنت، يا شاذ، غُور من هنا!» أو «إنتي يا مسترجلة، روحي العَبي مع الصبيان». كيف كنت ستشعر؟ من الصعب جدًّا أن تخلق هذه الإساءات مكانًا مُرحّبًا ورائعًا لتدرس وتجد أصدقاء. ومع ذلك، قد يكون ابنك أو ابنتك قد اختبرا هذا في المدرسة.

ماذا عن الذهاب إلىٰ حجرة الطعام عالمين أن ما من أحد يرغب في الجلوس علىٰ طاولتهم؟ أو عالمًا أنك ستكون آخر من يختارونك في فريقهم في فصل الرياضة؟ كيف كنت ستشعر؟ هذه هي فقط بعض الخبرات التي قد يكون قد

عاشها ابنك، في جميع الاحتمالات دون علمك. كثيرون قد تعرضوا للسخرية منذ أن كانوا في المدرسة الابتدائية. من الجارح جدًّا لأي طفل أن يتعرض للشتائم وإطلاق الألقاب. يكون مثليوا الميول أكثر عرضة لأن يكونوا مفرطي الحساسية، وغالبًا ليسوا بالعدوانيين ولا المفوّهين القادرين علىٰ التعبير بسهولة في شخصياتهم. وهناك احتمال أنكم لم تسمعوا قط عما حدث لهم في المدرسة حين سخر منهم الأطفال الآخرون.

غالبًا ما يستخدم الأطفال لفظ «شاذ» أو «لوطي» دون أن يعنوا حقيقةً أن من يستهدفونه بهذه الإساءات هو شخص يتعامل مع المثلية. فهم ببساطة يستخدمون هذه الكلمات كإهانات عامة. ولكن إذا كان هناك بالفعل جرحٌ مثلي -وجداني أو مثلي- اجتماعي داخل قلب تلك الطفلة، فإنها تبدأ في استدماج هذه التعليقات السلبية داخلها وقد يكون أسهل لها أن تقبل هذا الحكم «أنا مثلية»[1].

تخيل التواجد بين صحبة العبادة حيث يتمازح الأطفال بشأن «الشواذ»قائلين: «المفروض نطردهم كلهم برّة البلد». قال أحد المراهقين ممن قدمتُ لهم المشورة أن تلك كانت هي التعليقات ذاتها التي أطلقها أقرانه في مجموعة الشباب. كيف تظن أنه شعر؟ قد يكون كل هذا جديدًا عليك، لكنه علىٰ

---

(١) أستخدم مصطلح «جرح مثلي - وجداني» لأصف اضطراب التعلق بين الطفل والوالد من نفس الجنس. استخدم مصطلح «جرح مثلي - اجتماعي» لأشير لغياب التعلق والارتباط مع الأقران من نفس الجنس.

الأرجح مألوف لدىٰ ابنك أو ابنتك ذوي الميول المثلية. ستحتاج أن تنصتَ وتحاول اللحاق بما قد اختبره ابنك.

توقف عن اتهام النفس

في البداية قد تلوم نفسك أو شريك حياتك علىٰ لاقاه ابنك من المثلية. لا تبدد دقيقة أخرىٰ: توقف عن لعبة اللوم، لأنها لا تفيدك، ولا تفيد شريك حياتك، بل ولا تفيد ابنك. الأمر الوحيد الذي سيغيّر الموقف هو أن تتحمل المسؤولية الشخصية عن أخطاء الماضي، وهو ما يعني الاعتذار، وبذل الإصلاحات، وخلق ارتباط محب بينك وبين شريك حياتك وابنك. يتعلق باقي برنامج العلاج كله باتخاذ هذه الخطوات الضرورية نحو الشفاء والتصالح.

كن علىٰ يقين من مغفرة الله لكل ما أنت نادم عليه، إذا ما شعرت أنك في احتياج لهذا الغفران، ثم اغفر لنفسك. ما تفعله الآن هو أن تحب الله وتحب نفسك وتحب الآخرين. أنصت إلىٰ قلبك، وكن منتبهًا، واعتن باحتياجاتك أنت بطرق صحية. إذا أحببتَ نفسك كما يحبك الله، ستكون أكثر تأهلًا لأن تحب شريك حياتك وابنك.

شعور الذنب المرافق للخطأ هو أمر صحي، بينما الذنب المزمن سامٌّ. وإليك تدريب للمساعدة في راحتك من ذنبك. اتبعه خطوة بخطوة، وكرره عند

الضرورة. استخدمه مع شريك حياتك أو صديق مقرب، وليس مع ابنك مثلي الميول. (سأناقش في الخطوة السادسة كيف تعتذر لابنك مباشرة).

١- اكتب قائمة بأشياء تشعر بالسوء حيالها (أشياء قلتَها أو فعلتَها وأشياء لم تفعلها وتتمنىٰ لو كنت قد فعلتها)، علىٰ سبيل المثال، «كأمك، احتفظْتُ بك قريبًا مني أكثر من اللازم، وتحدثت بالسوء أمامك عن أبيك»، «كأبيك، لم أكن أقضي وقتًا كافيًا معك لأني كنت أعمل أكثر من اللازم، ولم أكن أتفهم احتياجاتك».

٢- قم بلعب الأدوار مع شريك حياتك أو صديق مقرب، ودعه يلعب دور ابنك ذي الانجذابات. وليمسك أحدكما بيدي الآخر، متخيلًا أنك تتشارك مع ابنك. اقرأ قائمتك. انظر للجملة الأولىٰ، وأغلق عينيك -إذا كان ذلك يساعدك- وتخيل أنك تقولها مباشرة لابنك، معتذرًا عن سلوكك أو كلماتك غير المناسبة. خذ نَفَسًا، عبّر عن مشاعرك، ثم انتقل للجملة التالية. تناول قائمتك علىٰ هذا المنوال. خذ وقتك. نُح عند الضرورة. وتذكر أننا نحتاج أن نشعر من أجل أن نُشفىٰ.

٣- اسمح لشريك حياتك أو صديقك أن يجيب بالطريقة التي يعتقد أن ابنك كان سيرد بها (علىٰ سبيل المثال، مقدمًا غفرانًا، رافضًا اعتذارك، أو متضايقًا). فقط أنصت. لا تحتاج أن ترد إلا إذا رغبتَ في ذلك.

٤- بعد الاستماع للشخص الذي يلعب دور ابنك، أغمض عينيك واطلب من الله أن يغفر لك كل هذه الأشياء، ثم انصت لاستجابته. كن صامتًا. انتقل للخطوة التالية بعد أن تشعر أنك قد استقبلت جوابه.

٥- أخيرًا، اطلب من نفسك غفرانًا. قد تكون هذه هي أصعب خطوة في التنفيذ. من الأسهل أن نغفر لآخرين عن أن نغفر لأنفسنا. بعد استقبال غفران الله، اسمح لشريك حياتك أو صديقك الموثوق به أن يلعب دورك. أمسك يدي الشخص وقل، «[اسمك]، من فضلك أتغفر لي كل هذه الأشياء؟» ثم أغمض عينيك وانصت للصوت داخلك. قد يكون هناك الكثير من الحديث واتهام النفس. انصت فقط ودع كل شيء يتدفق. لا تمارس الرقابة، لا تحاول أن تغير الرسائل فقط كن مستمعًا جيدًا. مرة أخرىٰ، قد تحتاج أن تكرر السؤال، «[اسمك]، من فضلك أتغفر لي كل هذه الأشياء؟». استمر في تكرار السؤال، واستمر في الإنصات حتىٰ يكتمل الحوار وحتىٰ يقول الصوت داخلك، «نعم، أنا أغفر لك».

قد تحتاج لتكرار هذا التدريب مرات عديدة. يستغرق الغفران في ذهن الشخص والغفران في قلبه وقتًا. مرة أخرىٰ، اطلب من شريك حياتك أو صديق مقرب أن يقوم بهذا التدريب معك. كلما استقبلت غفران الله بشكل أسرع، وغفرت لنفسك، ستكون مستعدًا بشكل أسرع أن تتخذ الخطوات الضرورية لتساعد ابنك أن يُشفىٰ وينمو.

اخلق تحالفًا من الحب

«تحالف من الحب» هو الشكل الذي علىٰ وشك أن تصبح عليه عائلتك. هذا التحالف المُحب أساسي بين أفراد العائلة من نفس الجنس: الأب والابن، والأم والبنت، الأخ وأخيه، الأخت وأختها، الجد والحفيد، الجدة والحفيدة، العم وابن الأخ، الخال وابن الأخت، العمة وبنت الأخ، الخالة وبنت الأخت. هذا هو اقتراح يحتمل التكرار، وستسمعني أقوله مرارًا وتكرارًا: هدف الخطوات الاثني عشر في هذا البرنامج هو خلق حميمية أكبر وتعلّقًا آمنًا بينك وبين ابنك المختبر للمثلية؛ بينما التغيّر هو ناتج جانبي من الشفاء.

أيها الوالد، قد تحتاج أن توسع قلبك لتفهم ابنك. أيتها الأم، قد تحتاجين أن توسعي قلبك لتفهمي ابنتِك. لقد رأيت بركة مضاعفة تحدث في هذه العملية التصالحية. عن طريق الخلق الواعي لتحالف من الحب، ستقرّب ابنك أكثر، وستختبر جزءًا أكبر من إنسانيتك أنت، وستواجه نقائصك. وبينما تسعىٰ لشفاء لابنك، قد تجد شفاءك أنت في الطريق.

نُح مع آخرين

لا تستطيع أن تغير الماضي، وليس بالأمر الصحي لك أن تحيا بقية حياتك في ظلال لوم النفس. ومع ذلك، فإنه من المهم أن تنوح بشأن ما قد حدث. نُح

مع آخرين - شريك حياتك، ابنك، شخص يهتم ويتفهم. لا تنُح بمفردك، وإلا سيصبح الأمر استحواذيًّا يدور في دوائر مفرغة. ما قد وُلد في علاقات مكسورة ينبغي أن يُشفىٰ في علاقات صحّية. فكّر في الانضمام لمجموعة مساندة للوالدين. فنحن ننمو ونُشفىٰ داخل علاقات. إذا كنت تريد أن يُشفىٰ ابنك، قُده بكونك نموذجًا؛ تعافَ أنت.

اخلق منظومة دعم

بينما تسعىٰ للحصول علىٰ المساندة من أفراد الأسرة، والأصدقاء، والقادة الدينيين، ومجتمعك الروحي، قد يحاول الخزي والذنب إيقافك. إذا قام أي شخص بإصدار الأحكام عليك أو علىٰ ابنك ذي الانجذابات المثلية، اعلم -رجاءً- أن هذا النوع من الحكم لا يتعلق حقًّا بك أو بابنك، إنه متعلق بالآخرين وبنقص فهمهم للمثلية. ما يتطلبونه ويتطلبه معظم الناس هو التثقيف عن حقيقة الانجذاب لنفس الجنس وكيف يمكنهم المساعدة. (أتحدث أكثر عن هذا في القسم الثالث من هذا الكتاب: «الشفاء المجتمعي»).

اخلق مجتمعًا داعمًا حولك وحول شريك حياتك (إذا كان لديك شريك حياة) وحول ابنك المختبر. من الممكن أن تتكون منظومة دعمك هذه مما يلي، لكنها لا تقتصر عليها:

❊ أفراد من العائلة.

❊ أقارب، خاصة كبار السن من نفس الجنس وأقران من نفس الجنس.

❊ أصدقاء مقربين.

❊ قائد روحي.

❊ أصدقاء من مكان عبادتك.

❊ أفراد من مجموعات دعم.

من فضلك لا تحاول أن تحمل هذا الحمل بمفردك. من المهم أن تحيط نفسك وتحيط ابنك بمجموعة من الرجال والنساء المحبين والعطوفين. فهذه معركة من الحب في مقابل الأكاذيب. اسع للوصول إلىٰ أكبر قدر من المساندة بقدر ما تستطيع.

تقريبًا كل فرد في عائلة بها شخص ذو انجذاب مثلي قد قال كلمات كهذه:

أخشىٰ من إخبار أفراد آخرين من العائلة والأصدقاء عن مثلية ابننا. أخشىٰ أنهم حين يكتشفون، سيتغير رأيهم في ابننا وفي أسرتنا. ثم تثبتُ في أذهانهم فكرة أن ابننا مثلي، وستقل إمكانية خروجه من الجنسية المثلية أكثر وأكثر.

أعرف أنه قد يكون لديك العديد من المخاوف، وبعض هذه المخاوف مبنية علىٰ حقائق مؤسفة. وأعرف أن بعض الناس قد يكون لهم ردود أفعال سلبية عند سماعهم عن مثلية ابنك. من فضلك، اسمح لي بأن أطمئنك أن ردود أفعالهم

ليست متعلقة إطلاقًا بك أو بابنك، ومتعلقة بالكامل بجهلهم بالمثلية. إذا قال أحدهم إن المثلية اختيار، وأن علىٰ ابنك أن يتوب عن هذه «الخطيئة»، تحتاج أن تثقف ذلك الشخص بشأن حقيقة الميول المثلية: ما من أحد يختار أن تكون لديه رغبات مثلية، الاختيار هو أن يتفاعل مع تلك الرغبات أم لا. (انظر للخطوة الرابعة للمزيد من التفاصيل بشأن الأسباب).

كلما قاومتَ الانفتاح علىٰ الآخرين وقتًا أطول، أَحْبَطتَ من فرص ابنك في النمو. تحتاج تربية تربية طفل وشفائه لمجتمع. أنت أيضًا تحتاج للمساندة. لو كان والديَّ قد طلبا من إخوتي وأعمامي وأجدادي وأصدقاء العائلة أن يعبروا عن حبهم لي بقدر ما كانوا يستطيعون وكلما كان ممكنًا، أعتقد حقًّا أنهما كانا سيجنبانني أعوامًا من الحزن والألم.

اذهب وشارك في مجموعة للمساندة

قد ترغب في البحث عن مكان محلي لمجموعات مساندة لآباء وأمهات الأفراد ذوي الميول المثلية[1].

إذا لم تستطع أن تجد مساعدة محلية، تُقدّم مؤسسة التوجهات الإيجابية فصولًا دراسية عن بُعد للوالدين. من خلال سلسلة من تسعة فصول علىٰ مدار

---

(١) تواصل مع مؤسسة التوجهات الإيجابية لتحويلك، إن لم تتمكن من العثور علىٰ مجموعة مناسبة.

ثلاثة شهور، نقوم بتدريب العائلات في عملية التصالح وفي التعامل مع أبنائهم وبناتهم ذوي الميول المثلية. تقدم هذه الفصول أيضًا مجموعة مساندة للوالدين (ومنهم من يتواصلون مع بعضهم البعض علىٰ مدار الأسبوع من خلال المكالمات والبريد الإلكتروني).

لقد قيل، «حين يخرج الابن بمعانات إلىٰ العلن يختبئ الوالدان في الظل». يجب علينا أن نزيل وصمة المثلية لأجل مصلحة الجميع. في كل مكان أذهب إليه، أشارك عن حقيقة المثلية: في مكتب البريد، في مدارس أطفالي، في ملعب كرة القدم بينما أشاهد مباراة يلعبها ابني. الناس اليوم أقل حُكمًا وأكثر انفتاحًا لمناقشة الجنسية المثلية. لا تدع هذا الصوت الخافت في رأسك القائل: «ماذا سيظن الناس؟» يجعلك تتوقف عن المشاركة والسعي للحصول علىٰ مساعدة. يجب أن نثقف الجميع بشأن حقيقة المثلية فيجد أطفالنا فرصة ليتعافوا داخل مجتمعهم.

من المهم الاستماع لآباء آخرين ممن لديهم أبناء مثليو الميول. تعلّم من أخطائهم وانتصاراتهم. فأنت لست في احتياج لإعادة اختراع العجلة، ولست مضطرًّا أن تكون وحدك في ألمك. أرجوك ألا تعزل نفسك. عن طريق المشاركة مع آخرين ممن لدىٰ أبنائهم نفس المشكلة، يمكنك أن تكتسب قوة في العمل نحو هدف مشترك. انضموا معًا وألهموا بعضكم البعض لتستمروا في طريق

الشفاء. ادعوا الله معًا، واذكروا بعضكم البعض في دعواتكم. امتد بتحالف الحب هذا ليضم هؤلاء الآباء الآخرين. في الاجتماع قوة وفي الدعم المتبادل كذلك.

احتفظ بالتوازن في حياتك

ابذل قصارىٰ جهدك ألا تجعل مثلية ابنك هي بؤرة حياتكم. وإنني أعلم علم اليقين أنه من الممكن أن يستغرقك هذا الأمر بالكلية. **أقترح أن ترتب أولوياتك كالتالي:**

١- اختبر محبة الله لك.

٢- اعتنِ بنفسك، واحتفظ بالتوازن في حياتك، واخرج واستمتع. هناك حياة بعيدًا عن مثلية ابنك.

٣- اعتن بزواجك (إذا كنت متزوجًا).

أحب نفسك وشريك حياتك، وحينها سيكون لديك المزيد من الحب لتقدمه لأبنائك، خاصة ابنك ذي الميول المثلية. ستتطلب عملية الترابط هذه مع ابنك الكثير من الطاقة، ولذا. فخزّان الحب لديك يحتاج أن يعاد ملؤه باستمرار. توقف عن العيش في حالة من القلق والغضب والذنب والخوف. عوضًا عن ذلك، امتلئ بالفرح والحب. وجد سلامًا في اللحظة التي تعيشها.

لا تُبتلع في خضم المثلية، شاعرًا بفقدان الأمل، وقلة الحيلة، وتثبيط العزيمة، مستهلَكًا بالقلق والذنب والخزي. قد يكون هناك ميلٌ ما لأن تكون مهووسًا بأفكار مثل: «ماذا لو اكتشف ... الأمر؟» ماذا لو قال: «يالك من أب خاسر! ماذا فعلت ليكون لك ابن مثلي؟!» ستحتاج أن تختار بعناية أولئك الذين تشارك معهم انجذابات ابنك، لأن هنالك الكثير من الأحكام والرفض التي قد تأتيك ممن انتظرت أن يكونوا الأكثر حبًّا وتفهمًا. من المحزن أن هذا صحيح بشكل خاص في المجتمع المتدين.

قد تصبح منهكًا وتشعر أنك سئمت من وقت لآخر، لذا يُمكن تكرار ذلك: خذ وقتًا مستقطعًا لك أنت، استنشق الزهور، تمتع بوقتك، العب بعض الألعاب، استمتع، غَذِّ روحك، وارْوِ علاقتك بشريك حياتك واقْضِ بعض الوقت مع الأصدقاء.

هذا ماراثون، وليس سباقًا قصيرًا للجري

أحد الآباء، وهو أب ساعد ابنه بنجاح في التغيير من التوجه المثلي للتوجه الغيري، كان قد بدأ في وضع حد لوقت العمل. بدلًا من العمل لمدة ٦٠ ساعة في الأسبوع، استقطع منهم ١٥ ساعة وبدأ في تكريس ذلك الوقت المستقطع لمدارسة المثلية ولتقديم الحب لابنه.

جدد هذا الأب الحكيم أيضًا حياته الروحية واستجمع مساندة من العائلة والأصدقاء. كان يعلم أن هذا الطريق للشفاء سيأخذ وقتًا، فخلق وقتًا أكثر من أجل ابنه. وخلال ثلاث سنوات، بدأ عملُ محبته يؤتي ثماره. وعوضًا عن حضور تحالف المثليين والغيريين GSA في المدرسة، فإن ابنه الآن يواعد شابة، ويخرج مع شباب آخرين كأصدقاء (اقرأ قصته في نهاية الخطوة العاشرة). لكن لم يحدث هذا الأمر بين عشية وضحاها. تذكر، هذا هو ماراثون، وليس سباقًا قصيرًا للجري.

الخطوة الثانية
قم بعملك أنت

قد يكون مغريًا لوم شريك حياتك أو أناس آخرين علىٰ انجذابات ابنك لنفس الجنس. لكن من فضلك ضع في اعتبارك أن شفاء علاقتك مع ابنك ليس لعبة إلقاء اللوم. وعلىٰ الرغم من أنه من المهم أن يتم تحديد ما قد يكون قد حدث في الماضي، ومن الأساسي اتخاذ خطوات إيجابية نحو التصالح والاسترداد من أجل المستقبل، إلا أن اتهام الآخرين بأنهم مخطئون في الموقف قد يأتي بنتيجة عكسية. إنه من الأفضل للوالدين كليهما أن يتشاركا في عملية الشفاء معًا، أن ينوحا معًا، وأن يصليا معًا. إذا لام شريكا الحياة أحدهما الآخر بشأن أحداث الماضي، سيخلقان مسافة أبعد بينهما، والتي دائمًا ما تنتهي بنتيجة عكسية في جهودهما لاسترداد ابنهما ذي الميول المثلية. سننظر لاحقًا لطرق صحية للتعبير عن الأفكار والمشاعر دون إلقاء اللوم (انظر الخطوة الخامسة)

توقف عن دفع شريك حياتك «لفعل الشيء الصحيح»

دون الإشارة بأصابع الاتهام أحدكما نحو الآخر، قد يجد كلًا من الوالدين أنه من الضروري القيام ببعض التغييرات في السلوك والتوجه نحو الابن ذي الانجذابات المثلية. بغض النظر عن مدىٰ ضرورية تلك التغيرات، لا تناكف، أو تدفع، أو تجبر، أو تهدد شريك حياتك بشأنهم. فحينما تفعل هذا، تصبح أنت والدًا لشريك حياتك (تصبح الزوجة كأم زوجها، ويصبح الزوج مثل أبي زوجته) - وهذا يخلق إجهادًا إضافيًّا علىٰ العلاقة. سيصاب شريك الحياة بالاستياء، وسيكون ابنك هو الخاسر الأكبر في كل هذا.

الأمهات ممن لديهن أبناء يتعاملون مع المثلية، والآباء الذين لديهم بنات ذوات انجذاباتٍ مثلية، الآن هو الوقت المناسب لكم أن تتراجعوا إلىٰ المقعد الخلفي. كونوا مشجعين هادئين. ادعوا الله كي يترابط الأب والابن أو الأم والبنت. اذرف الدمع مع شريك حياتك، عبّر عن ألمك بشأن الموقف. من الأفضل بمراحل لنا أن نظهر مشاعرنا عن أن نعطي أوامر. وينبغي أن ننوح علىٰ أخطائنا نحن، لا علىٰ أخطاء شريك حياتنا.

إذا كان الوالد من نفس الجنس في حالتكم غير قادر علىٰ الترابط مع الابن مثلي الميول، حاولي -مرة أخرىٰ، دون اتهام أحد- أن تجدي آخرين للمساعدة. خذ خطوات إيجابية من أجل سواءك وسواء ابنك. هنالك آخرون في المجتمع

ممن هم أكثر تأهلًا لمساعدة ابنك أو ابنتك لاختبار حب أبوي أو حب أمومي في صورة صحية. اعمل معهم لخلق ارتباط آمن من أجل ابنك أو ابنتك في كفاحهما (انظر الخطوة الثانية عشرة).

إذا أردتَ أن يتغير ابنك، تغيّر أنت

مثلما كتب بيتر وباربرا وايدين:

«قبل أن تشرع في خطوات إعادة توجيه ابنك، عليك أن تواجه أنه من المحتمل -بل في الواقع، علىٰ الأرجح وبقوة- أن هناك تغيرات ينبغي أن تحدث ليس فقط داخل ابنك أو ابنتك لكن أيضًا داخلك، أو داخل شريك حياتك أو كليكما . . . ليس من الضروري علىٰ الإطلاق أن تكون والدًا «سيئًا» أو مهملًا لتكون والدًا دافعًا إلىٰ الجنسية المثلية. لا يقوم الوالدان تقريبًا أبدًا بتشجيع هذه الميول بنية شريرة. بل علىٰ العكس، العديد من أفعال الوالدين التي تشجع علىٰ المثلية الجنسية تنبع من رغبة شديدة لدىٰ أم أو أب في أن يفعلا ما يعتبرانه أفضل شيء من أجل خير ابنهما أو ابنتهما»[١].

---

(١) بيتر وباريرا وايدن: النمو غيريًا. (New York: Stein and Day, 1968)، ص٢٣-٢٤.

شفاؤك، كشخص وشفاؤكما كزوج وزوجة، سيكون له تأثير إيجابي علىٰ ابنك وعلىٰ باقي الأسرة أيضًا. وعلىٰ نفس المنوال، فإن الأمور العالقة ستؤثر سلبًا علىٰ أبنائك. إذا أردت حقًّا أن يُشفىٰ ابنك أو تُشفىٰ ابنتك، ستحتاج أن تواجه خوفك وغضبك وحزنك وخيبة أملك. وإذا فعلتَ هذا، ستقود ابنك بكونك نموذجًا.

إذا كنت متألمًا، نُح. إذا كنت غاضبًا، عبّر عن مشاعرك بطريقة إيجابية وحاسمة دون أن تسيء لأي أحد آخر. مداواة مشاعرك عن طريق الأنشطة المفرطة، أو اللوم، أو استخدام الكحول أو العقاقير ستؤدي فقط إلىٰ تأخير التقدم -تقدمك وتقدم ابنك أيضًا. بدلًا من ذلك، أشجعُك أن تواجه مشاعرك، وأن تتبّع مصادرها، وأن تحرر الألم، وأن تستقبل المواساة من أولئك الذين تثق بهم، وأن تخلق خطة للعمل من أجل شفاءٍ شخصي، وزواجي، وعائلي. من الأساسي أن تضع في اعتبارك -وستسمعني أقول هذا مرارًا وتكرارًا- أن المثلية هي بالأساس عَرَض لجروح عاطفية غير مشفية واحتياجات مشروعة للحب غير مسددة.

حين يقع طفل وتُكشط ركبته، يبكي لأنها تؤلم. لا يحتاج لأن يسمع وعودًا بأن الألم سيخمُد خلال مدة معينة من الوقت أو تنبيهات بأنه بسبب هذا فمن غير الضروري أن يبكي. ولا يحتاج أن يُخبر بطبيعة القَطْع وبأن النزف سيتوقف بمجرد تكوّن قشرة. يحتاجك ببساطة أن تحمله في ذراعيك وتنصت لألمه.

يبكي ويقول «ماما، بابا: إنها تؤلمني».

«نعم يا ابني، نعلم أنها مؤلمة، وها نحن هنا من أجلك».

بمجرد أن يسمع هذه الكلمة المُطَمْئنة، يبدأ في التنفس بحرية أكثر، لمستُكما المحبة ووجودكما الحاني يبدآن في شفاء ألمه وقلبه. ثم تنظفان الكشط، وتضعان مرهمًا، ثم تضعان رفادة لحماية الجرح. بعدها يبتسم، ويعطيكما قبله كبيرة، ويقول، «شكرًا». ثم يذهب للعب ثانية.

يعمل الشفاء الداخلي بنفس الطريقة. لكن المشكلة هي أن أغلبنا نخشىٰ من التعبير عن مشاعرنا الجريحة، بل قد نعمل جاهدين علىٰ كبتها بعيدًا عن الشعور. أسوأ من هذا، قد لا نكون علىٰ تواصل مع مشاعرنا. ومع ذلك، يجب أن نشعر من أجل أن نُشفىٰ، وكلما أظهرنا استعدادنا لأن نكون حقيقيين، سيكون أولادنا قادرين أن ينفتحوا ويشاركوا ما بقلبهم معنا. بالطبع لا أقول أنه يجب علينا أن «نرمي» أمورنا علىٰ أولادنا. نحتاج ببساطة أن نعمل عملنا الخاص من الشفاء الداخلي، باستقلال عنهم.

قد شَعُرتِ علىٰ الأرجح بأن لا حول لك حين اضطررت لمواجهة مثلية ابنتك، لأنك لم تكوني تستطيعين أن تتحكمي في سلوكها وفي عملية تفكيرها. وإذا حاولتِ، ستكتشفين سريعًا أن ذلك لم يؤدِّ سوىٰ لخلق صراع قوة، وسبّب المزيد من المشاكل. سأقدم لاحقًا العديد من الأنشطة الإيجابية لتعزيز الحميمية

العلاقاتية. لكن، رجاءً، ضع في اعتبارك أنك لا يمكنك تغيير ابنك. تستطيع تغيير نفسك فقط. من فضلك اقبل قصورك، واقبل حق ابنتك أن تكون مستقلة. عندئذ فقط ستستطيع أن تخلق فرصًا رائعة للشفاء والتصالح.

لفعل هذا، تحتاج أن تفصل نفسك عن مثلية ابنك أو سلوكه المثلي. وكما ينبغي ألا تلوم الآخرين، تحتاج أن تتجنب لوم نفسك. قد يتسبب لوم النفس في أن يكون رد فعلك مبالغًا فيه وبالتالي تصبح أكثر تورطًا. وهذا، بدوره، من الممكن أن يمنعك من صنع تغييرات ضرورية في حياتك وزواجك. ها هي علامات لا تخطؤها من علامات التورّط الزائد في حياة ابنك:

١- تحدد مثلية ابنك مستوىٰ شعورك أنت، دقيقة بدقيقة ويومًا بيوم.

٢- يتسبب انشغالك مثلية ابنك بأن تهمل أناسًا آخرين وأنشطة أخرىٰ في حياتك.

٣- تتصرف كأنك مفتّش، محاولًا أن تكتشف كل خطوة يخطوها ابنك، مدققًا النظر والسمع من أجل المزيد من الأدلة أغلب الوقت.

بحثًا عن الصحة الداخلية

واحدة من الأدوات الأولىٰ التي أعطيها لمعظم عملائي كتاب تمارين بعنوان عشرة أيام نحو تقدير الذات لـ: د. ديفيد بيرنز. وهو منهاج بسيط جدًّا وفعّال للتعامل مع عمليات التفكير السلبية ولخلق استجابات عقلانية وإيجابية.

أيها الوالد والوالدة، لِم لا تتدربان علىٰ هذا الكتاب بأنفسكما؟ أُوصي بعمل خطوة واحدة كل أسبوعين وبانتظام. في الحقيقة، قد ترغبان في أن تفكرا في عمل التمارين في نفس الوقت ومشاركة الواجب مع ابنكما. لقد قدمتُ المشورة لأب وابنه المراهق، وكلاهما عمل التمارين، وقد ساعَدَ هذا الأب بقدر ما شجّع الابن.

بعدها أجعل عملائي يعملون علىٰ شفاء «الطفل الداخلي» لـ: د. لوشيا كاباتشيوني، مع اسطوانة مدمجة أنتجتُها أنا من التأملات للطفل الداخلي. («الطفل الداخلي» هو اسم آخر للذات اللاواعية،أو الفطرة النفسية والتي تبقىٰ خافية علىٰ عقلنا الواعي). استخدام هاتين الأداتين يساعد في بدء عملية التواصل مع المشاعر والاحتياجات. وهذا جزء أساسي في عملية الشفاء، إعادة إيقاظ الولد الصغير الغالي أو البنت الصغيرة الغالية الذين كنا عليهما في الماضي.

من المهم أن نصبح آباء صالحين لأنفسنا، بدلًا من أن نتوقع أن يعتني الآخرون باحتياجاتنا. أحاول أيضًا أن أشجع عملائي أن يتواصلوا مع مشاعرهم باستخدام أسلوب بسيط جدًّا يُسمىٰ التركيز[١]. من خلال طريقة تتكون من ست خطوات، يساعدنا التركيز علىٰ تحديد أي مكان بالجسم نشعر فيه بأحاسيسنا، ما

---

(١) انظر الكتاب بنفس العنوان لـ: يوجين جيندلين.

هو الشعور، من أين يأتي، وماذا نحتاج أن نفعل للاستجابة له. يتطلب هذا الكثير من الممارسة، لكنه أمر يستحق الوقت المُستَثمر فيه. من خلال عمل الطفل الداخلي والتركيز، نكتسب إحساسًا أعظم في تقدير الذات وإدراك النفس.

وفي نفس الوقت، من الأساسي أن تبني مجتمعًا من العائلة والأصدقاء ليحيط بك ويساندك. تمامًا كما يحتاج الشخص ذو الميول المثلية للآخرين للمساعدة في شفائه، يحتاج الآباء لنفس الشيء. نتطلب منظومة مساندة لتقوينا ودعمنا. أيها الآباء، ابحثوا عن أصدقاء من الذكور وتواصلوا مع أولئك الذين يقفون معكم. أيتها الأمهات، تأكدن من أن يكون لديكن عددٌ من الصديقات الموثوق فيهن. أيًّا كان ما تفعله، تجنب الاعتزال عن الآخرين. سيؤدي فعل الأمر بمفردك إلىٰ نتائج عكسية في النهاية.

هل تريد أن ينفتح ابنك ويشارك جروحًا من الماضي؟ مرة أخرىٰ، «كن التغيير الذي تتمنىٰ أن تراه في العالم» كما قال غاندي. اسع للمساعدة والمساندة لحل أي أمور عالقة مع والديك أنت، سواء كانا علىٰ قيد الحياة أو متوفيَين. لم يفُت أوان الشفاء بعد. وبينما تُظهر استعدادك لصنع السلام مع والديك، سيشعر أبناؤك بارتياح أكبر بشأن الانفتاح لك.

حينما تقوم بعملك أو علاجك أنت، يمكن أن تختار أن تدعو أبناءك ليشاركوا في جلسات المشورة. من الجيد أن تجعلهم يلتحقون بعملية الشفاء

حيث إنها مسألة عائلية. استخدم هذه الكلمات السحرية عندما تدعوهم إلىٰ الجلسة: «هلا فعلتم هذا من فضلكم لتساعدوني؟» عرّفهم أن الأمر متعلق بك وبأمورك، وأنك تريدهم أن يشاركوا من أجل أن تتمكن من تحمل مسؤولية الأشياء التي حدثت في الماضي. إذا ما جعلت العملية عنك أنت، سيشعر ابنك بتهديد أقل وسيكون أكثر ميلًا للحضور. ولا تستبعد الابن ذا ميول المثلية، تأكد من أن الأسرة كلها مدعوة. بافتراض أن هناك إخوة، ادعُ كل أبنائك للتواجد[١].

قد يكون ابنك حاملًا لبعضٍ جروحك أنت غير المشفية واحتياجاتك للحب غير المسددة، أو لجروح واحتياجات من سلسال العائلة. بشكل عام يؤدي هذا إلىٰ تكرار ممنهج من فقدان الترابط في سلسلة العائلة بين الآباء والأبناء أو الأمهات وبناتهن. أو قد يمثّل جرحًا شديدًا بين أولئك من الجنس الآخر: أزواج وزوجات، أمهات وأبناء، أو آباء وبناتهم. قد تتخذ هذه الأمور العائلية صورة شخصية داخلية وتظهر في ابنك مثلي الميول. كلما سعيتَ بنشاط نحو شفائك أنت وبدأتَ في التعامل مع شريك حياتك وأبنائك بطريقةٍ أكثر حبًّا، سيكون من الأسرع وضع أساس من أجل تشكّل ابنك ذي الميول المثلية.

---

(١) انظر للمعلومات عن جلسات الشفاء الأسرية في نهاية الخطوة السادسة والملحق في نهاية الكتاب.

اسعَ للعلاج الزواجي

أفضل هبة يمكنك أن تقدمها لأبنائك هي أن تحب شريك حياتك. فنحن معًا نمثّل الله في صورة السيد والسيدة لأطفالنا، ويؤثر التنافر في زواجنا عليهم بشكل عميق ومباشر. في نفس الوقت، يؤدي التعامل مع مثلية الابن -والذي هو موقف مجهد وحسّاس- إلىٰ تفاقم أي صعوبات زواجية موجودة بالفعل. مع وضع هذا في الاعتبار، فكّر في أن تجد معالجًا متخصصًا في المشورة للزوجين. خذ وقتًا للتواصل وللعمل علىٰ علاقتكما، فتصبحا أنتما الاثنين أقوىٰ وأكثر اتحادًا باختصار، إذا كنت متزوجًا، اعمل بجهد علىٰ زواجك.

كن حذرًا بشأن مجرد الاتصال بأي معالج. معظم المعالجين اليوم تم تدريسهم وتدريبهم علىٰ: «العلاج الموكد للمثلية». فقد تعلموا أن يشجعوا عملائهم أن يحتضنوا المثلية كأمر «فطري وغير قابل للتغيير»، وسيدربونكما، كأبوين، أن توافقا علىٰ مثلية ابنكما. إذا ما قاومتَ، سيقولون لك، «أنت من لديك المشكلة، وليس ابنك». إذا لم تجد أي شخص في منطقتك مستعدًّا للعمل معك في سعيك للمساعدة من أجل ابنك، اتصل بمنظمات بدائل إيجابية للمثلية للمزيد من المساعدة

.

ابتهجا في علاقتكما

في وسط كل هذا، ضع في اعتبارك أنه من المهم جدًّا أن توازن جهودك بقدر من الفرح. يجدر التذكير هنا بأن أفضل هبة من الممكن أن نقدمها لأبنائنا هي حبنا أحدنا للآخر. حين يرون وحدة مستردة وعاطفة بين بابا وماما، سيشعرون بأنهم أكثر أمنًا، وبأنهم في سلام.

بهذه المعرفة، تأكد من إضافة الرومانسية والمذاق الطيب لحياتك مع شريك حياتك. اخرجا معًا في مواعدة خاصة. استمتعا. افعلا أشياء تتمتعان بها كلاكما. البقاء بالبيت والمعاناة لن يخدما أحدًا، بينما كلما ولّدتما حبًّا أكثر بينكما أنتما الاثنين، سيكون لديكما حبٌّ أكثر لأبنائكما؛ لذا اضحكا. شاهدا أفلامًا كوميدية. ابتعدا عن الأمور والمواقف التي تجذبكما لأسفل. أيضًا، لا تعرضا أنفسكما بشكل دائم لموضوع المثلية. عوضًا عن ذلك، اجعلا همكما أن تصلا إلىٰ الاتزان، والاتزان، واتزان أكثر.

الخطوة الثالثة

اختبر العلاقة مع الله

إذا كنت مؤمنًا بالله ولديك علاقة صلواتية معه، قد يكون هناك ميلٌ لأن تسأله حلًا ناجعًا وسريعًا: «اللهم يا رب، أزل مثلية ابني». للأسف لا تعمل الأمور بهذا الشكل. اسمح لي باقتراح بعض الدعوات الأكثر فعالية:

* «اللهم إني أتوسل إليك أن تكشف لنا أسباب اختبار ابننا للانجذابات لنفس الجنس».

* «يا الله، لماذا أتىٰ هذا الأمر إلىٰ أسرتنا؟ ما هي الحكمة خلفها؟».

* «أتوسل إليك يا رب، أن تمنحني القوة والحب لقضاء هذا اليوم بنجاح».

* «يا رب أسألك، أرني كيف يمكنني أن أساعد ابني/ ابنتي أن يُشفىٰ/ تُشفىٰ. اكشف لي عن السبل التي بها أستطيع أن أحبه/ أحبها بأفضل ما يكون».

لسنين، كانت دعواتي: «يا رب أرجوك، أزل هذه الرغبات». وحينما لم يفعل الله ذلك، كنت ألومه علىٰ معاناتي. لكن، لم يكن إلهي مَنْ أراد الانجذابات لنفس الجنس. كانت هذه الانجذابات نتيجة كوكبة من العوامل البشرية: طبع مفرط في الحساسية، علاقة فاترة متباعدة مع أبي، إساءة جنسية من عمي، علاقة معاداة مع أخي الأكبر، وتعلّق زائد عن اللازم مع أمي. وبانكشاف كل أمر، مكنني الله من الشفاء في كل أمر واحدًا تلو الآخر. اليوم، أنا رجل أفضل بكثير بسبب ذلك. فتذكر، كنت أدعو بالدعاء الخاطئ لأكثر من خمس وعشرين سنة. لم أتلقَّ إجابة أبدًا لأني كنت أسأل السؤال الخاطئ. كان بإمكان الله أن ينزع مثليتي في طرفة عين، لكن لم يكن هذا ليشفي قلبي ونفسي.

اطلب عون الله في الفهم والتوجيه

بدلًا من أن تسأل الله أن يوقف المثلية هنا والآن، ادعه أن يكشف لك ولابنك الجروح التي تختبئ خلف المثلية. اسأله القوة والحب والحكمة التي تحتاجها لتساعد ابنك علىٰ الشفاء. ولأن هذه المسألة هي مسألة أسرية، تستطيعون أن تنموا وتُشفوا معًا. ما قد وُلد من رحم علاقات مكسورة من الممكن بل ومن اللازم أن يُشفىٰ في علاقات صحية.

إذا رغبت حقًّا في أن تدعم عملية شفاء ابنك، من المهم لك أن تختبر محبة ودعم الله. لا تستطيع أن تعطي ما لا تختبره. إذا لم تكن تشعر أنك نفسك

محبوب، لن تستطيع أن تحب أي أحد آخر حبًّا حقيقيًّا. أشجعك أن تأخذ كل التشوش والمشاعر الأليمة وتسلمها لله. قاتل، اصرخ، ابكِ، وتوسل من أجل رحمة وفهم. ينبغي أن تطلبه وتطلب إرشاده بكل قلبك، بكل نفسك، وبكل قدرتك. لا تتوقف حتىٰ تكون قد استقبلت الحب والحكمة والإرشاد الذي تحتاج إليه.

أنت لا تتعرض للعقاب. مثلية ابنك ليست نوعًا من الجزاء علىٰ أخطاء اقترفتها أنت أو شريك حياتك. وعلىٰ الرغم من أن الأمر قد يبدو كذلك في بعض الأوقات، إلا أن هذه المعركة ليست نوعًا من اللعنة أو الحظ السيئ أو نذير شؤم بكارثة. في النهاية ستجد الخير في الشر. إنه لمن خلال الألم نستطيع أن نصل لاستيعابٍ أكبر عن إنسانيتنا وضعفنا.

في بعض الأحيان، تحدث الأشياء الصعبة حتىٰ يظهر سلطان الله فينا ومن خلالنا. قد يكون هذا هو واحد من تلك الأحيان. أشجعك أن تكون علىٰ مستوىٰ الحدث وأن تدرك أنه ليس مقصودًا أن تتعامل مع هذا بمفردك. لقد جاء في المزامير كم كان كربُ داوود جليًّا، وكيف اشتد ألمه وغضبه واستسلامه. ابك إلىٰ الله وناجه كما ناجاه. سيكون الله قريبًا من قلبك. لن يترك تضرعاتك وسينزل الاستجابة لك.

ادع دعوات محددة من أجل ابنك

إذا لم تكن متأكدًا كيف تدعو لابنك، فكّر في بعض من هذه الدعوات، وكيّفها لظروفك الخاصة مع ابنك أو ابنتك:

* «اللهم إني أتوسل إليك أن تسمح لابنتي/لابني أن تختبر/يختبر حبك».

* «اسمح لها/له أن تختبر/يختبر ملء أنوثتها/ذكورته».

* «أسألك يا رب أن تجلب أناسًا أصحاء لحياتها/ لحياته، أولئك الذين بإمكانهم أن يقودوها/يقودوه نحو الشفاء وملء هويتها/هويته الجنسية الحقيقية».

* «باركها/باركه بالعديد من النساء/الرجال الأصحاء ليحيطوها/ليحيطوه بحب حقيقي».

* «أرجوك ساعدها/ساعده لفهم الأسباب العديدة للانجذابات لديها/لديه»[1].

ابنِ تكاتفًا دعويًا من أجل ابنك ذي الميول المثلية

إذا كانت لديك طريقة للوصول لصحبة صالحة، اطلب أن يذكر أفرادها بشكل فعّال ابنك أو ابنتك في دعواتهم. ولا تخشَ من أن تسأل. من المؤسف

---

(١) للمسيحيين، الكلمات الشافية لسيندي رولمان بها صلوات رائعة للأبناء ذوي الميول المثلية.

القول إن الكثير من الوالدين يخجلون من إخبار أي شخص عن مثلية أبنائهم. كلما أجّلنا أن نكون صادقين، سيستغرق الأمر وقتًا أطول لعائلاتنا أن تُشفىٰ. الاحتفاظ بابنك ومشكلتك داخل الخزانة مخفيًا لن يفيد أحدًا.

ومع ذلك، إذا كان الأمر صعبًا حقًّا للغاية أن تتحدث مع أناس آخرين عن آل مثلية ابنك، اطلب منهم دعوات عامة، مثل: «يا رب نرجوك أن تشفِ قلب [اسم الابن] وذهنه ونفسه. ساعد [اسم الابن] أن يختبر حبك وحقك».

في الصلوات اليومية التي يستخدمها اليهود المتدينون، تُتلىٰ الصلاة التالية: «اشفنا، يا رب فنُشفىٰ. امنح شفاءً كاملًا لكل جروحنا». من الممكن جعل هذا الدعاء مخصصًا لابنك مثلي الميول: «اشف ابننا يا رب، فيُشفىٰ. امنح شفاءً كاملًا لكل جروحه».

[في الأذكار الإسلامية، هناك ذِكر: «لا شفاء إلا شفاؤك»].

التخيل الإبداعي

حينما تدعو الله لأجل ابنتك، في خيالك، تصوّرها وهي مشفية. استخدم الثلاث كلمات المعبرة عن التخيل الخلّاق وأنت تتوسل:

* **شوفها**: تصوّرها وهي مشفية، متزوجة، محققة لمصيرها الممنوح من الله.

* **قولها**: كوّن جملة بسيطة تحوي مراد الله من أجل حياة ابنتك. علىٰ سبيل المثال: «يا رب امنح جوانا ملئ أنوثتها الحقيقية وساعدها لتحقيق مصيرها».

* **حسها**: اختبر كيف سيكون الأمر حين ترىٰ هذا الحلم متحققًا.

من الممكن أن تكرر نفس الجملة البسيطة كلما صليت. قُلها مرارًا وتكرارًا بينما تتصور ابنتك محققة لمصيرها ولمراد الله. افعل هذا يوميًا. وبينما تبدأ الأمور في التغيّر، اخلق رؤية جديدة واستمر في تصوّر الشفاء وتحقيق الحلم.

دعاء الأب لبركة الأبناء

المسؤولية الأبوية للأب هي أن ينقل بركة الله إلىٰ كل من أبنائه (الذكور والإناث علىٰ حد سواء). ادع من أجل أبنائك وبناتك حين يغادرون أو في المناسبات الخاصة. ضع ذراعك حول أكتافهم، ضع يدك علىٰ رأسهم أو عانقهم. في الوقت المناسب، سيبدأ أبناؤك في ربط دفء لمستك بحب الله. سيتطلعون لمباركتك.

من الممكن أن تتكون بركة الأب من العناصر التالية[1]:

* التأكيد علىٰ تقدير الله ووعده من أجل حياة ابنك (اقتبس من كلام الله إذا أردت).

* امتداح مواهب ابنك الطبيعية، وقدراته وشخصيته.

* رجاء تحقيق رغبات قلب ابنك (أهدافه وتطلعاته).

* التذكير بمعنىٰ اسم ابنتك، وأهميتها لديك ولدىٰ الأسرة وسلسال العائلة.

* وعد بمساندتك لحياة ابنك وأحلامه.

يضيف آرثر جولدبيرج: «إذا كنت تتبع الإيمان اليهودي، من المعتاد إلقاء البركة التالية علىٰ أبنائك -بغض النظر عن العُمر- في ليلة السبت وفي الأيام المقدسة. إذا لم تكن تمارس هذه الممارسة، أنصحك بفعل هذا عن طريق وضع كلا اليدين علىٰ رأس أبنك وكرّر الصلاة التالية:

ليجعلك الرب مثل إفرايم ومنسي (لأولادك).

---

(١) كتب مقترحة عن إعطاء البركة: ويليام ت. ليجون، (Brunsick, Ga.: The Father's Blessing 1989 للطلب اتصل بـ ٨٠٠-٩٨٢-٩٦٨٥ أو ٩١٢-٢٦٤-٠٠٢٨، وجاري سمولي وجون ترينت، (New York: Pocket Books, 1986).

ليجعلك الرب مثل سارة، ورفقة، وراحيل، وليئة (لبناتك).

ليباركك الرب ويحرسك.

ليضيء الرب بحضوره عليك ويرحمك.

ليرفع الرب وجهه عليك ويمنحك سلامًا.

(بتصرف من عدد ٦: ٢٤-٢٦)

[ومن الرقىٰ الإسلامية من الوالد لابنه أن يقول:

باسم الله أرقيك من كل شر يؤذيك، ومن عين كل حاسد الله يشفيك.

ربنا هب لنا من أزواجنا وذرياتنا قرة أعين، واجعلنا للمتقين إمامًا.

اللهم أصلح لي في ذريتي،

رب اجعلني مقيم الصلاة ومن ذريتي.]

قد يكون ابنك مثلي الميول قد أنكر معتقداتك الروحية أو جحد الله. أحد الأسباب الممكنة هي أن ابنك منفصل عنك، وأنت الصورة الأرضية المرئية لله. يمثّل الوالد جلال الله وتمثل الوالدة جماله. لذلك إذا انفصل الطفل عن أحدكما سيكون من الطبيعي أن ينفصل عن الله. أيضًا، كن متأكدًا أن أناسًا من إيمانات مختلفة قد كانوا قساة مصدرين للأحكام علىٰ ابنك ذي الميول المثلية: «المثلية هي أسوأ خطيئة بين كل الخطايا!»، وهي جملة شائعة من الحُكم والرفض والتي من الممكن سماعها في العديد والعديد من الكنائس والجوامع.

إذا كان ابنك من بيت مؤمن، قد يكون قد صارع لسنوات محاولًا أن يوافق المثلية مع كلام الله. وإن لم يصل لفهم أن الله يقبله بغض النظر عن مثليته، قد يكون قد اضطر لرفض إيمانه من أجل أن يبقي علىٰ القدر اليسير من قيمة النفس. ويؤدي عذابه الشخصي بشأن مثليته، مع التوجهات المصدرة للأحكام من قبل العديد من المتدينين إلىٰ تعقيد انفصاله عن الله، بل وربما المعتقدات الدينية لعائلته. بالنسبة له، تصبح محاولة الاقتراب من الله وكأنها ألم ورفض.

إذا وضعت هذا في الاعتبار، لن تتوقع من ابنك أن يتقبل بسهولة صلواتك للبركة. إذا كانت ابنتك مجروحة جدًّا، قد يستغرق الأمر وقتًا طويلًا من أجل أن تسمح لك بالاقتراب. أيًّا كان، كن مثابرًا ولا تستسلم أبدًا. ابنتك تحتاجك، حتىٰ وإن كانت تشعر أنها غاضبة جدًّا ومجروحة. وهذه هي الطبيعة التعارضية الكامنة في المثلية، وفي كل العلاقات المثلية: «أحتاجك، لكن لا تقترب أكثر من اللازم. من فضلك امسك بي بين ذراعيك. لا، هذا مؤلم جدًّا. ها، عُد، فأنا أريدك. اذهب بعيدًا. النجدة، أنا أموت هنا. هلا أنقذني أحدكم؟».

ابذل قصارىٰ جهدك واترك الباقي لله

في هذه المرحلة تكون علىٰ الأرجح قد توصلت إلىٰ خلاصة أنك لست الله. ليس هذا فقط بالجيد، لكنه أيضًا حقيقي جدًّا. لذا فمن الضروري لك أن تفعل كل ما يمكنك أن تفعله لتخلق حميمية أعظم مع ابنك مثلي الميول، ثم أن تترك ابنك لعناية الله.

كما رأينا، من النادر أن يشفي الله الناس لحظيًّا، لذلك لا تحتاج أن تضيّع وقتك وصلواتك علىٰ الحلول السريعة. تتعارض فكرة العلاج الفوري مع عملية النمو الإنساني والتقدم. استرداد القلب والذهن يقوم بعكس الاتجاه الخاص بالطريقة التي حدث بها الجرح الأصلي، وقد استغرق هذا فترة. لذلك من الضروري أن تنصت لقصة ابنك، لتسمع كيف قام/قامت بهذه الرحلة من مصارع مع المثلية إلىٰ «مثلي». ابدأ بالحاضر وتابع الطريق رجوعًا للماضي. لا يمكنك أن تتوقع أن تعوّض بين عشية وضحاها ولا حتىٰ في غضون شهور قصيرة تلك السنين التي أكلها الجراد، استغرق الأمر شهورًا وسنين لنمو المثلية. وسيستغرق الأمر شهورًا وسنين لإصلاح التلف.

في نفس الوقت، كن صبورًا مع نفسك، ومع شريك حياتك، وبشكل خاص مع ابنك. اصبر لله، وانتظر تمام قدره. ادعُه ليمنحك قوة وحكمة وفهم، وفوق كل شيء، ليمنحك حبًا. ابذل قصارىٰ جهدك. وثق به ليكمل الباقي.

القسم الثاني
الشفاء العلاقاتي

في القسم الثاني، ستتعلم عن الأسباب العديدة للانجذابات لنفس الجنس وماذا يمكن أن يُفعل لمساعدة الأبناء ذوي الميول المثلية ليُشفوا ويختبروا ملئ غيريّتهم الفطرية. استخدم مهارات جيدة للتواصل عند المشاركة والاستماع لأحد أحبائك ذي الميول المثلية، وتعلم عن لغة الحب خاصته. بالنسبة للوالد من نفس الجنس، تحتاج أن تقضي وقتًا خاصًّا أكثر مع ابنك مثلي الميول. أما الوالد من الجنس الآخر، تحتاج أن تتراجع إلىٰ المقعد الخلفي حاليًا. حان وقت إعادة ترتيب الطريقة التي بها تحيا أسرتك وتحبون أحدكم الآخر.

❊ **الخطوة الرابعة:** تدارس أسباب المثلية.

❊ **الخطوة الخامسة:** استخدم مهارات التواصل الفعال.

* **الخطوة السادسة**: ضع الأمور في نصابها الصحيح بينك وبين ابنك مثلي الميول.

* **الخطوة السابعة**: اكتشف لغة الحب الخاصة بابنك.

* **الخطوة الثامنة**: الوالد من نفس الجنس، أظهر عاطفة جسدية مناسبة.

* **الخطوة التاسعة**: الوالد من الجنس الآخر، خذ خطوتين إلىٰ الوراء.

الخطوة الرابعة

تدارس أسباب الانجذابات المثلية

هل تعلم أنه لا يمكن أن يكون شخصًا ببساطة «مثليًّا»؟ فالمثلية بالأساس ليست هوية شخص؛ فهي -وبصورة صحيحة وحقيقية- تصف أفكار شخص ما ومشاعره ورغباته، وربما سلوكه. علاوة علىٰ ذلك، فإنه ليس من الخاطئ أخلاقيًا ولا قيميًا أن يختبر أحدهم الانجذاب لنفس الجنس، لأن هذا الانجذاب، كما رأينا، لا يمثل سوىٰ محاولات النفس لشفاء الجروح وتسديد احتياجات الحب المشروعة وغير المسددة. تصبح المثلية مسألة أخلاقية حين يقرر شخصٌ ما أن يتصرف بناءً علىٰ تلك الرغبات بطريقة غير صحية. السلوك المثلي هو دفاع نفساني ضد الألم. إذا ما حكمتَ علىٰ شخص لأن لديه انجذابًا لنفس الجنس، فأنت تعيد جرح روحه. تكون، في الحقيقة، تجمع أكوامًا من الفحم علىٰ النار.

لذلك فمن المهم أن تثقف نفسك، وأحباءك، ومجتمعًا مساندًا بشأن حقيقة المثلية.

لذلك لزامٌ علينا أن نساعد الناس أن يفهموا النقاط التالية:

١- ليس ثمة دليل قاطع أن أحدًا ما يولد مثليًا، لا توجد بيانات علمية قاطعة تثبت أن هناك سببًا وراثيًّا أو بيولوجيًّا بسيطًا للمثلية. يشير البحث العلمي إلىٰ أنه وعلىٰ الرغم من أن العوامل البيولوجية والوراثية قد تلعب دورًا، إلا أن الرغبات المثلية تنبت من التفاعل المعقد للتأثيرات النفسية، والبيئية، والطباع مع تلك العوامل.

٢- لا يختر أحدٌ ببساطة الانجذاب لنفس جنسه، هذه الرغبات هي في أغلب الأحيان نتيجة لإساءات الطفولة التي لم تشفىٰ، واحتياجات مشروعة وغير مسددة للحب. ولكن من الواضح أن هناك اختيارًا في قرار التصرف بناءً علىٰ هذه الرغبات أم لا.

٣- للأفراد حق اختيار استعدال توجههم الجنسي، يُظهر البحث أن ادعاء أنه ما من أحد يستطيع التغيّر هو ادعاء خاطئ؛ فالتغيّر ممكن للبعض.

٤- هناك ما يدعو للتفاؤل بأن ما تم تعلّمه يمكن إسقاطه، مشوار الشفاء هو مشوار رباعي: (١) افهم الأسباب الجذرية للانجذابات، (٢) خذ دعمًا من آخرين، (٣) سدد احتياجات الحب غير المسددة في علاقات صحية، شافية،

وغير جنسية مع أفراد من نفس الجنس، و(٤) اشفِ الجروح التي خلقت الرغبات في المقام الأول. وبعد هذا تظهر الرغبات نحو الجنس الآخر بشكل طبيعي.

٥- ليس الأمر بين أن تكون فخورًا ومبتهجًا أو تكون سيئًا، بل إنني أرىٰ الانجذابات المثلية كظاهرة، ما من شيء «مبهج» بشأن أسلوب الحياة المثلي. في الواقع، يقود الجنس المثلي إلىٰ العديد من الأمراض المنقولة جنسيًّا (STDs) ومعدل عالٍ من الإصابة بعدوىٰ فيروس نقص المناعة المُكتسبة HIV. وعلىٰ الرغم أنه ليس من «السيئ» أن يكون لدىٰ الشخص انجذابات لنفس الجنس، إلا أن تفعيل تلك الرغبات عن طريق الدخول في علاقات مثلية لا يمثل فقط مخاطر طبية عالية لكنه أيضًا يمنع الناس من الحصول علىٰ الأشياء ذاتها التي يبحثون عنها، لأن احتياجاتهم هي احتياجات طفل، لا احتياجات بالغ.

كل ما في الأمر هو إساءات غير مشفية واحتياجات غير مشبعة. إن الأساس الحقيقي لمعظم الرغبات المثلية هو احتياج للترابط والتعلق بالوالد من نفس الجنس وبالأقران من نفس الجنس. ولأن احتياجات الحب الأساسية لم تسدد أو تُختبر في الطفولة المبكرة والمراهقة، تصبح مجنسنة بعد البلوغ. ثم يأتي العالَم ليقول: «ها أنت مثليّ».

أمر ساخر جدًّا أن توسم وتُعنوَن نفسٌ جريحةٌ بهوية جنسية. إن المثلية هي صرخة لطلب المساعدة من طفلٍ جريح داخل جسم مراهق أو بالغ. مرة أخرىٰ،

حين تُشفىٰ الجروح وتُسدد الاحتياجات غير المسددة في علاقات صحيحة مع نفس الجنس، سيختبر الشخص ملئ هويته الجنسية وسيترتب علىٰ ذلك رغبات نحو الجنس الآخر. ولهذا فبابا وماما والأحباء الآخرون مهمون جدًّا؛ فهم يستطيعون أن يقوموا بلعب دور نشط في حل تلك الانجذابات. إن أي شخص يختبر الانجذابات المثلية هو شخص يحاول أن يرتبط ويتعلق بشخص من نفس الجنس ليكمل المراحل الضرورية من النمو النفس -جنسي والنمو النفس- اجتماعي والنمو النفساني.

كان العديد من الوالدين الذين قدمتُ لهم المشورة يشعرون بالاشمئزاز من فكرة انجذاب ابنهم لشخص من نفس الجنس. إذا كانت هذه هي أفكارك ومشاعرك، ستحتاج أن تقوم برحلة من الاشمئزاز إلىٰ التراحم. الطريق إلىٰ الشفاء هو طريق من التفهّم، وهو طريق طويل. كلما فهمت أكثر عن المثلية سيكون من الأسرع أن تصل أنت وعائلتك إلىٰ محطة الحب. ادرس موادًا مطبوعة، شاهد أفلامًا، اقرأ قصصًا عن من يصارعون، والتقِ بآخرين ممن قد اختبروا الانجذابات المثلية. أنصت إليهم بينما يشاركون رحلتهم معك. وبينما تتعلم، سينفتح قلبك نحو من تحب.

اكتب تقييمًا عن الأسباب التي تعتقد أنها ساهمت في نشوء مثلية ابنك

من المهم أن تفهم لماذا يختبر ابنك أو من تحب الانجذاب لنفس الجنس. وقد تسأل نفسك: «ما الخطأ الذي ارتكبتُه؟» «ما الخطأ الذي ارتكبناه؟» من النادر أن يكون هناك شيء واحد مسؤول عن نشوء المثلية، فهي نتيجة لمجموعة من المتغيرات.

ها هي قائمة من عشرة عوامل قد تقود لرغبات مثلية[1]:

١- الوراثة: الجروح الموروثة، الأمور الأسرية العالقة، التفاسير الخاطئة، القابلية الوراثية إلىٰ الرفض. في قلب المثلية هناك إحساس بعدم الانتماء، وبعدم التكيف، وبالإحساس بالاختلاف. قد تكون هذه المشاعر والأفكار موروثة من خط العائلة العرقي أو الديني أو الثقافي. هذا بنفس الشيء مثل ما يسمىٰ بجين المثلية الجنسية. ومع ذلك، فإن هذه الأمور المتعلقة بسلسلة العائلة قد تصبغ طفلًا بميل للرفض. [هناك العديد من الأبحاث التي تؤيد توارث الإساءات غير المشفية؛ إما عبر التعلّم والنمذجة، أو الوقاية الزائدة، أو حملها في مترافقات الحمل الچيني Epigenetics] [المترجم]

٢- الطبع الحساس: الحساسية المفرطة، الهشاشة النفسية، الطبيعة الفنية، والسلوكيات غير المتوافقة مع نوع الابن/الابنة (علىٰ سبيل المثال: هو ولد يلعب

---

(١) راجع: ريتشارد كوهين؛ الآخر القريب، الفصل الرابع.

بالدُمىٰ ومنخرط في أنشطة أنثوية أخرىٰ، أو هي بنت رياضية تخرج مع الصبيان).
إذا كان هناك أي شيء محدد چينيًا بشأن المثلية، فمن الممكن أن يكون النزعة لحساسية أكبر، والتي فيها يكون رد فعل الطفل أعمق كثيرًا عن أطفال آخرين لأي موقف. وكثيرًا ما يكونون سهلي التأثر بشكل عالٍ بمشاعر وأحاسيس الآخرين. قد يكونون أكثر سلبية ولذلك أقل عدوانية في طبيعتهم. وبالطبع، ليس كل الأطفال الحساسين ستنمو لديهم ميولًا مثلية.

قد يكون لطفل طبيعة فنية ويُنفَىٰ أو يستبعد بسبب مواهب كهذه سواء من الوالدين أو الإخوة أو الأقران.

٣- جروح غيرية - وجدانية: التشابك العلاقاتي (يتعلق الطفل بصورة زائدة بالوالد من الجنس الآخر)، محاكاة سلوكيات هذا الوالد (يتصرف الابن بطريقة أنثوية أكثر منها ذكورية، والابنة تتصرف بطريقة ذكورية أكثر منها أنثوية). في بعض الأحيان يشعر هؤلاء الأطفال كما لو أنهم ولدوا بالنوع الخاطئ. في العديد من الحالات، يكون الأبناء ذوو الميول المثلية متشابكين عاطفيًّا مع أمهاتهم ومغتربين عن آبائهم. ويكونون ميالين لاستدماج أنوثة الأم داخليًّا وبعيدين عن الذكورة التي يمثلها الأب. قد تكون الابنة أقرب لوالدها ومُبعدة عن أمها. ثم تستدمج ذكورة والدها داخليًّا وترفض أنوثة أمها. في حالات أخرىٰ، قد يكون إدراك الابن أن والديه كانا يرغبان في بنت، أو قد تعتقد الابنة أن والديها كانا

يرغبان في ولد. ثم يصيغان سلوكهما ليضاهي الجنس الآخر ليرضيا والديهما ويفوزا بقبولهما وعطفهما.

٤- **جروح مثلية - وجدانية**: الافتقار للترابط الوجداني والتعلق الآمن بين الأب والابن أو الأم والبنت، المعاملة المسيئة أو عدم الإتاحة الوجدانية من الوالد من نفس الجنس. في الغالب يكون الجرح المثلي الوجداني هو قضية محورية لدىٰ أولئك المختبرين للميول المثلية. فالابن لم يرتبط بشكل كافٍ مع أبيه أو لم يستدمج حب الأب وذكورته داخليًّا. يقود هذا لانفصال من ناحية النوع، مما يضع أساسات الانجذاب لنفس الجنس في المستقبل. أحد أكثر الأشياء تدميرًا والتي من الممكن أن يختبرها طفل هي عدم الإتاحة الوجدانية للأب أو للأم. من الممكن أن يؤثر هذا بشكل مباشر علىٰ نمو المثلية لدىٰ الطفل. تذكر، قد ينمو لدىٰ الأطفال شديدي الحساسية إدراكٌ للرفض، ثم ينفصلون وجدانيًّا عن الوالد من نفس الجنس. قد ينشأ هذا الإحساس بالرفض بالكلية في ذهن الطفل ولا يكون جزءًا من الواقع علىٰ الإطلاق.

٥- **جروح الإخوة/ ديناميات الأسرة**: القمع، التعامل المسيء، الشتائم وإطلاق الألقاب. كثيرًا ما يكون الأولاد ذوو الميول المثلية علىٰ خلاف مع إخوتهم أو يعتقدون أنهم ليسوا بقادرين علىٰ مجاراتهم. قد يتعرضون للشتائم أو يختبرون الإساءات الجسدية من إخوة أو أقارب من نفس الجنس. كثيرًا ما

يكون هؤلاء الأطفال الحساسون راغبين في إرضاء الناس، محاولين تسوية كل الصعاب بين أفراد الأسرة الآخرين. لقد سمعتُ من أعداد لا حصر لها من الوالدين، «كان ابني الولدَ الصغيرَ المثالي، رقيقًا ومثاليًّا». كن حذرًا من أولئك «الأولاد الصغار الطيبين». فليس من المُفترض أن يكون الولد لطيفًا وطيبًا للغاية حيث إن الأولاد -بالطبيعة- موكدون، عنيدون، اجتماعيون، وأشقياء.

٦- جروح صورة الجسم: الأطفال المتأخرون في إظهار إمكاناتهم، الطفلُ ذو الإعاقة الجسدية أو المرضية، البنت الرياضية مبكرًا، الولدُ غير المهيء رياضيًّا، الأطفال القصار أو الطوال أو النحفاء أو البدناء علىٰ غير العادة، الأطفال ذوو التناسق الحركي البصري الضعيف. يشعر العديد من الشباب ذوي الميول المثلية بأنهم غير أكْفَاء فيما يتعلق بالمظهر الجسدي أو بنقص الإقدام الجنسي. وبما أنهم قد انفصلوا عن الوالد من نفس الجنس وربما قد اختبروا الرفض من الإخوة من نفس الجنس أو الأقران من نفس الجنس، ففي الغالب قد أصبحوا منفصلين عن هويتهم الجنسية نفسها. وتكون النتيجة إحساسًا متعمقًا من عدم الكفاءة من جهة النوع. إذا كانوا متأخرين في إظهار إمكاناتهم، كانوا يشعرون أنهم مختلفون ومُبعدون عن أقرانهم. كونهم أقصر أو أطول من أقرانهم قد يكون قد ضاعف من إحساسهم بالابتعاد. لقد سمعتُ العديد من الرجال مثليي الميول يقولون: «كنت دائمًا آخر شخص يتم اختياره لينضم للفريق في فصل

الرياضة» وبدوره، قد يكون هذا قد أثّر علىٰ قدرتهم علىٰ الترابط مع الأقران من نفس الجنس، كونهم دائمًا المختلفين.

٧- **الإساءة الجنسية**: التطبع والتنميط المثلي المسبب بالتعرض لإساءة جنسية. قد يصبح النشاط مع نفس الجنس سلوكًا متعلمًا ومعززًا، كبديل أدنىٰ للحب الأصيل والعاطفة الحقيقية. تعرض العديد ممن يختبرون الإنجذابات المثلية للإساءة الجنسية وهم أطفال أو مراهقون. يكون الأطفال أكثر عرضة للإساءة لو لم يختبروا الدفء والعطف من الوالد من نفس الجنس أو الأقران من نفس الجنس. يصبح حينها الجنس بديلًا للحميمية الوجدانية والعلاقاتية مع آخرين من نفس النوع. هذا النمط من السلوك الجنسي يتم تعزيزه بالوقت ويصبح منبئًا بنمو الميول المثلية.

تحذير: أرجوك ألا تفترض أن ابنك/ابنتك قد تعرض/تعرضت لإساءة جنسية إذا كان/كانت يصارع/تصارع مع المثلية. الإساءة هي فقط واحدة من عوامل عديدة مساهمة، وليست شرطًا أساسيًّا لوجود انجذاب لنفس الجنس.

٨- **جروح مثلية - اجتماعية**: الشتائم وإطلاق الألقاب، الرفض في مكان اللعب، السخرية من المظهر، الإعاقة أو بعض الصفات المختلفة الأخرىٰ. يختبر العديد من الأولاد والبنات إحساسًا هائلًا من الجرح الوجداني بسبب رفض الأقران من نفس الجنس. لا يشعرون بالتكيف ويُشتمون (علىٰ سبيل المثال:

«فافي»، «شاذ»، «لوطي»، «مسترجلة»، «زي الولاد»، «بوية»). في الكثير من الأحيان يكون الأولاد أكثر ارتياحًا مع الصديقات وينعزلون عن الأنشطة الذكورية النمطية. وحينما «يخرجون للنور» كمثليين، يُحاطون مباشرة بمجتمع مُرحّب من آخرين، مثلهم، لم يشعروا بالتكيف. حقًّا «البؤس يحب اللمّة».

[في المجتمعات ذات الصبغة الذكورية، قد ترفض بعض الفتيات الهوية الأنثوية لارتباطها بالامتهان والضعف، أو لرفضها تسلّط الشق الذكوري عليها، أو استقبالها الذكورة علىٰ كونها طبيعة مهددة. وكذلك الحال مع الأسر التي تهيمن فيها المرأة بالنسبة للابن] [المترجم]

٩- جروح ثقافية: غرس الفكر اجتماعيًّا عن طريق وسائل الإعلام، ومنظومات التعليم، والهيئات السياسية، وصناعات الترفيه، والمجتمع الأكاديمي، والإنترنت- كخرافة: «وُلد مثليًّا ولا سبيل للتغير»، وفكرة «فطري وغير قابل للتغير». يتم اليوم اجتذاب شبابنا نحو الجنسية المثلية بذرائع واهية. بل إن الأمر يصبح الآن شيئًا عصريًّا وموضة أن يكون الشخص «مثليًّا» أو «ثنائي الميل الجنسي». هذه الخرافات تجتذب أطفالًا صغارًا قابلين للتشكيل وغير محصنين إلىٰ أسلوب حياة سيضللهم في النهاية.

الكثير من الأطفال يعيشون في أُسَرٍ مع والد واحد، ويتوقون للاهتمام والعاطفة من مرشد أو أحد الأقران من نفس الجنس. الاحتياج للترابط الوجداني

مع الوالد من نفس الجنس والأقران من نفس الجنس يصبح مجنسنًا خلال المراهقة كمحاولة لتسديد احتياجات الحب المشروعة. تخلق الآن وسائل الإعلام ومنظومات التعليم وصناعة الترفيه هوية زائفة تسمىٰ «مثليًّا». ليس هناك مثليون، بل أطفال مجروحون جائعون للحب.

عوامل أخرىٰ. الطلاق، وفاة أحد الوالدين، التبنّي، المعتقدات الدينية، العِرْق، الرفض من الأقران من الجنس الآخر. قد يستقبل الطفل الحساس هذا كرفض شخصي إذا توفي أحد الوالدين أو وقع هناك طلاق في الأسرة. قد يسهم هذا في إحساسه بالتشوش النوعي. حين تدين العقيدةُ الدينيةُ المثلية ويشعر الأطفال بانجذاب نحو نفس الجنس ليس من خلال خطأ من ناحيتهم، يوضع ثقلٌ هائل من الذنب والخزي علىٰ أكتافهم. كيف يمكن لإله محب أن يفعل شيئًا كهذا؟ أيضًا، إذا انفصل طفل عن والديه، في الغالب سيرفضُ إلهَ والديه أو معتقداتهم الدينية.

قد يشعر الطفل المتبنّىٰ برفض والديه بالميلاد، وقد لا يشعر بالترابط الآمن مع الأسرة الجديدة أبدًا. قد يقبع هذا الإحساس بالرفض عميقًا في اللاوعي، خالقًا نمطًا من عدم الأمان.

وأخيرًا، قد يختبر الولد ذو الإحساس الهش بالهوية الجنسية (أو بغيابها) رفضًا عند محاولته التقرب من فتاة أو مواعدتها. يؤدي رفضها إلىٰ زيادة بُعده عن إحساسه بأنه رجل.

الوقوع في ورطة مزدوجة

هذه هي بعض العوامل المساهمة التي قد تقود إلىٰ نشوء المثلية لدىٰ الرجال والنساء. حين تندمج عدة عوامل معًا لتكوّن الأسباب الكامنة يظهر نمطٌ ما، بحيث يجد الأفراد أنفسهم في «ورطة مزدوجة متعلقة بالنوع». يكتب المعالج النفسي ديفيد ماثيسون عن هذه الظاهرة:

«الورطة المزدوجة هي موقف لا مَخرج جيد منه -حيث يكون هناك ألم أو مشكلة أيًّا كان ما تفعله ... أحد أسوأ الورطات المزدوجة التي يختبرها هؤلاء الأولاد هي أنهم يُلَقَّنون أنه من السيئ أن تكون ولدًا. من الممكن أن يسمىٰ هذا بالورطة المزدوجة النوعية، إذ يعاقبون إذا ما أكّدوا علىٰ ذكورتهم. وإذا ما استحابوا وهجروها، يختبرون إحساسًا عميقًا من الفقدان والذي يقومون بكبته، مع عدم وجود مساعدة من البيئة لامتصاصه، ومن ثم التغطية عليه - في أحيان كثيرة من خلال السلوك الجنسي. الورطات المزدوجة المتعلقة بالنوع تُخلق من قبل الأمهات (وفي بعض الأحيان الآباء) اللاتي يُعبّرن عن استهجانهن للذكور والذكورة، أو يمتدحن ولدهن لأنه مختلف عن باقي الأولاد[1]».

(١) ديفيد ماثيسون. «أربعة مبادئ للتغيّر: ملحق لعطلة نهاية الأسبوع للرحلة نحو الذكورة»، (٢٠٠٣).

جوهر هذه الورطة المزدوجة النوعية هو ألا يجد الرجل السلام النفسي سواءً كان رجلًا -بنوعه وسلوكه- أو لا. فليس ثمة مخرج. هو عالق بين عالمين، وما من مكان يمكنه اللجوء إليه. جزء من كيانه يقول، «أنا رجل» بينما الجانب الآخر يقول، «أنا غير مقبول كذكر، إذًا أنا لست حقًّا برجل. هناك شيء مفقود داخلي».

يشير بيتر وباربرا وايدن إلىٰ أن عاملًا مفتاحيًّا في هذه الأزمة المزدوجة هو تأثير الأب:

> «يتفق الخبراء أن دور الأب هو واحد من المشاكل الرئيسة -بل ربما المشكلة الأولىٰ- في الجنسية المثلية، وأن الأمهات ربما قد تعرضن علىٰ مدار السنين إلىٰ اللوم أكثر من اللازم، وأن مركزية دور الآباء في تكوين المثلية في الذكور والإناث لم تلق الاعتبار الكافي، وأن علىٰ الآباء فهم السبب خلف كون هذا العامل مصيريًا في المسألة»[١].

يصيغها د. جاد مرمور بالطريقة التالية: «من أجل أن يحدث تكيّف مثلي، في وقتنا وثقافتنا، علىٰ هذه العوامل أن تندمج معًا حتىٰ (١) هوية نوعية ضعيفة

(١) بيتر وباربرا وايدن: النمو غيريًا .(New York: Stein and Day, 1968)

[الإحساس بالذكورة أو الأنوثة]، (٢) الخوف من الاتصال الحميم مع أفراد من الجنس الآخر، و(٣) وجود فرص للتفريغ الجنسي مع أفراد من نفس الجنس»[١].

يُعلّمنا د. چوزيف نيكولوسي عن العلاقة الثلاثية غير الصحية في منظومة أسرة ما قبل المثلية. يتعلق الابن الحسّاس بأمه تعلقًا زائدًا، ويكون بعيدًا عن أبيه، ومرفوضًا من الأقران من نفس الجنس[٢].

قد كانت الفصول الدراسية عن بُعد للمصارعين بمثابة حبل النجاة لرجل في بكين، حيث إنه لم توجد موارد محلية في بلده. وها هي الملاحظات التي أبداها:

> «في بعض الأحيان أشاهد أولاد الشارع يلعبون. هم «أولاد سيئون»، يدخنون ويشتمون أحدهم الآخر، بينما أرىٰ لهم سلوكيات حميمية نحو بعضهم البعض، مثل العناق، ولمس أحدهم للآخر، وهكذا. يبدون قساةً، ليسوا جبناء ولا مخنثين. لذلك أظن أنه من الطبيعي للأولاد والذكور أن يكون لهم علاقات حميمية بينما هم يكبرون، وهكذا يستطيع الولد أن يَعلَمَ بشكلٍ كامل أنه ولد وسط الأولاد، ولا ينمو ليصبح مثليًّا.

---

(١) نفس المرجع السابق.

(٢) جوزيف وليندا إيمس نيكولوسي، دليل الآباء لوقاية الأبناء من المثلية :.(Downers Grove, III Intervarsity Press, 2002).

رأيتُ بعض المراهقين يلعبون مع بعضهم البعض في بركة السباحة. يركبون علىٰ أكتاف بعضهم البعض، يتعانقون من الخلف، ويمسك أحدهم بصدر ووسط الآخر. يلمسون أحدُهم الآخر في المناطق الحساسة، بل يرون هذا ويضحكون. يبدون وكأنهم يحبون أن يلمِسوا أحدُهم الآخر في الجزء العلوي من أجسادهم، وما من شيء جنسي في هذا، إلا فقط كون من يفعل هذا شجاعًا خشنًا وحميميًّا. في نفس الوقت يحتاجون أشياء أخرىٰ، مثل البنات.

أظن أنه عندما يعلم شخصٌ ما ما لديه، لن يشعر بنقص. إذا ما شعر أن شيئًا ما ينقصُه، سيشعر بالتلهّف للحصول عليه وبالانجذاب إليه. إذا أُجبر شخص ما علىٰ المذاكرة، والبقاء بعيدًا عن الأنشطة الخارجية مع الأولاد الآخرين، سيُعجب بحياة البحّارين وعمال البناء. سيروق له أسلوبُهم القوي وجِلدُهم الذي لوحته الشمس. من ناحية أخرىٰ، يشعر المثقف أنه تنقصه الجرأة، وأن ليس لديه معرفة بالرجال وأنه عديم الفائدة[1].

(١) مستخدم بإذن من الكاتب.

مُلهِمٌ. واليوم هو متزوج ولديه أسرة سعيدة. حين بدأنا في العمل معًا، لم تكن لديه أدنىٰ فكرة عن الجنسية المثلية، كان يعلم فقط أنها شيء خاطئ بالنسبة له. إنه طالب عظيم وقد قام بالعمل اللازم ليُشفىٰ وينمو.

والآن نأتي إلىٰ واجبكم أنتم: (١) يكتب كلا من الوالدين تقييمًا منفصلًا عما يعتقدان أنه قد ساهم في نشوء مثلية ابنهما/بنتهما (مستعينين بالعوامل العشرة). (٢) ثم تشاركا سويًا تقييمكما مع بعضكما البعض، (٣) وأخيرًا، كونا من قائمتيكما فرضيةً مشتركة لما تظنان أنها العوامل التي لعبت دورًا. وهذه ستكون المنطلق الذي ستعتمد عليه خطة المعالجة، معتمدين علىٰ الإساءات غير المشفية والاحتياجات غير المشبعة.

في الفصول الدراسية عن بُعد للمصارعين في مؤسسة البدائل الإيجابية، أسأل المشاركين أن يقيّموا أسباب الانجذابات المثلية لديهم بناءً علىٰ المتغيرات العشرة التي رأيناها سابقًا. وهذان مثالان منهم:

تقييم بوني

الوراثة: كانت أسرتي مضطربة في جوانب عدة. فنحن من أصول ألمانية، ولم يكن هنالك الكثير من العاطفة، وإنما فتور. كان هناك سعي للكمال في عائلة أمي، إحساس بعدم القدرة مطلقًا علىٰ المجاراة، ما من أحد جيد بشكل كافٍ.

أعتقد أيضًا أنني كنت قابلة للاكتئاب، حيث إن أمي وأمها تعرضتا للاكتئاب أيضًا.

المتانة النفسية: لم يكن جلدي سميكًا مطلقًا، بل كانت الكلمات والتوجّهات السلبية جارحة. وبالرغم من كوني سهلة الإبكاء، إلا أنني لطالما استقبلت القليل من المواساة غير الكافية. بالأحرىٰ، كانت تعبيرات مثل «سأمنحك سببًا لتبكي من أجله» هي التعبيرات في كثير من الأحيان. كنت أيضًا «مسترجلة»، وكذلك كانت أمي. لم يكن هذا مستهجنًا بل محبذًا تقريبًا، حيث كان أبواي يشتريان لي ألعاب الأولاد كالجنود والمسدسات اللعبة. كان لي أخوان أكبر مني، وكان أصدقاؤهما أصدقائي. كنت البنت الوحيدة وسطهم. لم أكن أشعر بالراحة في ملابس البنات وكنت أكره الفساتين والجوارب الطويلة. حين جرّبتُ مستحضرات التجميل، سخر مني أبي وسألني إذا ما كنت أضع «تمويه الحرب».

جروح غيرية - وجدانية: لا أذكر أن أبي أخبرني مرّة مطلقًا أنه يحبني. لا أتذكره مطلقًا يقول لي أني جميلة. ولم يقل أبدًا أني قبيحة، لكن حين أصبحتُ بدينة، كان يقول أني سأجد رفيقًا يحب «التفعيص». لم يعاملني مرةً علىٰ أني مميزة. كانت لي ابنة خالة تبدو كما لو كانت معبودة أبيها؛ كان يناديها بالأميرة، شغوفًا بها لدرجة الجنون. كنت أشعر بالغيرة. لا أشعر أني كنت قريبة

من أبي. كان يعولُنا، ويدفع الفواتير، لكنه كان مُغلقًا وجدانيًّا. لم يكن قريبًا من إخوتي أيضًا. كان يصنع أشياء من أجلنا، لكنه لم يكن معبّرًا عن عواطفه ولا دافئًا.

جروح مثلية - وجدانية: كنت أنا وأمي في حالة من التشابك العلاقاتي. كانت تفضي إلي -في أحيان كثيرة- هموم قلبها عن أمور شخصية، حتىٰ حينما كنت في العاشرة أو نحوها. كنت أشعر أني مسؤولة عن مشاعرها، وعن الاعتناء بها. ومع ذلك كنت أشعر أني مرفوضة من قِبَلها. كانت قبل ذلك حنونة، لكن توقّف هذا تقريبًا بين عشية وضحاها، وكنت أتساءل ما الذي فعلتُه وجعل أمي تتوقف عن حبها لي. وكان الأسوأ هو الإساءة الجنسية التي اختبرتُها. هناك حدث واضح جدًّا أستطيع أن أشهدَ به، فعَلَتْه هي حين كنتُ في الثامنة، ولكن جسمي يتذكر أمورًا سابقة لذلك، تسبق ذلك إلىٰ سن الثالثة -أشياء في حوض الاستحمام، مرات حين كانت تعاقبني علىٰ لعب الجنس مع أصدقائي عن طريق جعلي أفعل أشياء جنسية معها. أعلم أن كثيرًا من سلوكي المثلي كان إعادة إحياء لبعض من تلك الأشياء، فقط حينها كان لدي تحكم وكنت قادرة علىٰ إرضاء المرأة الأخرىٰ.

جروح الإخوة: أما بالنسبة لإخوتي، حسنًا، كانت لديهم القدرة أن يكونوا بشعين، خاصة الأخ الذي يكبرني بخمس سنوات. لم يكن يلعب معي ولم يكن

يحميني. لم يكن يبدو كأنه يريدني -حتىٰ- متواجدةً حوله. حين كان أبوانا يتركوننا بمفردنا، كان هو وأخي الآخر، الذي يكبرني بأربعة عشر شهرًا، يضايقانني بشدة ويغيظانني حتىٰ أبكي. لم يقولا قط إني جميلة ولم يقدمانني لأصدقائهما. كانا يقولان لي ألا أخبر البنات في المدرسة أني أختهما. وفي بعض المرات كانا يقولان لي أني متبناة. كانا يسخران مني لأني كنت سمينة وكنت أبكي بسهولة.

جروح صورة الجسم: لقد كنت بدينة منذ مرحلة البلوغ وعجزت عن فقدان الوزن. كان والداي متقبلين لذلك، حيث إنهما كانا بدينين أيضًا، لكن الآخرين لم يحبونني، علىٰ الأقل في البداية. كان عليّ أن أعمل بجهد لأصنع الأصدقاء، لأجعلهم يرون أبعد من مجرد جسمي. كنت أكره مروري بالدورة الشهرية. كنت أكره أن أُلمس جنسيًّا، ولم يكن وجود الأعضاء التناسلية الأنثوية إلا أمرًا مزعجًا.

الإساءة الجنسية: تعرضت للتحرش في حياتي من قِبَل بعض الرجال -أيضًا-: في سن الثامنة لمسني كمسري قطار بطريقة غير ملائمة بينما كنا جميعًا في رحلة عائلية، وحدث كذلك من قِبَل صديق لوالد إحدىٰ صديقاتي، والذي كان يداعبني، ومن قِبل رجل أعمىٰ جزئيًّا ذي خمس وستين سنة كنت أساعده كجزء من مشروع نشاط كشفي. كنت أنا وهو في أحيان كثيرة نُقبِّل أحدنا الآخر،

وكان يدللني. كنت في الثالثة عشر وكنت أشعر بالمسؤولية عن ذلك إلىٰ أن كنت في الأربعينيات. كان هناك آخرون. لم أجامع رجلًا أبدًا، لكن ما كان من أحداث من الاتصال الجنسي غير المُرحّب به كافية لتجعلني مرتابة وخائفة.

جروح مثلية - اجتماعية: لم أكن أشعر بالارتياح مع البنات من سني، لكني كنت أؤدي أفضل مع البنات الأصغر مني ببضع سنوات. في الحقيقة كان لدي عدد قليل جدًّا -لا يكفي- من الصديقات وكنت أقضي وقتًا كثيرًا في زيارة جيراننا المسنين لأنهم كانوا يستمعون إليّ. في المدرسة الثانوية وجدتُ مجموعة من البنات اللاتي لم يكُنّ أيضًا جزءًا من «المركز»، وكوَّنا الزمرة الصغيرة الخاصة بنا. لازلنا صديقات، وأنا ممتنة لذلك، لكن لم يكن هذا كافيًا للتغلب علىٰ كل الجروح الأخرىٰ!

عوامل أخرىٰ: أعلم بشكل قاطع أن والداي لم يكونا يريدانني. كان لديهما طفلان، وحبلت أمي بي حين كان عُمْرُ أخي خمسة أشهرٍ فقط. كان الأمر صادمًا لها، ولا أظن أن أبي كان يريدني أيضًا. سمعت أمي وهي تخبر خالتي بأنها شعرت بخيبة الأمل كوني بنتًا[١].

---

(١) قد غفرت بوني لأمها وهي الآن تزدهر في حياتها. متزوجة وتقود الآن خدمة تساعد الآخرين في الشفاء من المثلية غير المرغوبة.

تقييم آدريان

الوراثة: كان أبي بعيدًا وجدانيًّا. ظل منعزلًا عني وعن أختي بسبب مشاكله الشخصية مع والده هو. كنت لذلك مُبعدًا عن كل ذكور الأسرة الممتدة. وكانت أمي غريبة الأطوار، متطلبةً وشديدة العطش للاهتمام. في الحقيقة كانت عائلتها غريبة. كلا والديّ أبعدا نفسيهما عن عائلتيهما حين بدءا أسرتهما الخاصة.

المتانة النفسية: لديّ حساسية نفسية مفرطة، مولع بالفن جدًّا، ساعٍ لإرضاء الناس. أفعل بالضبط ما يُطلب مني بل وأكثر، مُنفّذًا ومعطيًا للآخرين كل ما أظنهم يحتاجونه. أحصل علىٰ درجات مثالية، لدي خط يد مثالي، وأمتاز بأني أنيق ونظيف. أعتني بكل شخص آخر قبل نفسي.

جروح غيرية - وجدانية: كل النساء في حياتي كنَّ هنَّ المسؤولات والمسيطرات. كنت قريبًا جدًّا من أمي، لكنها هجرتني ملايين المرات (لم تكن تأخذني من المدرسة، أو فصول الرقص أو أي شيء في الميعاد قط). دَمّرَتْ أشياء كثيرة بسبب شخصيتها المتطرفة. تفعل أشياء دون أن تسألني، متخذةً قراراتٍ مصيرية بشأن حياتي. إنني أرىٰ كل العلاقات الغيرية بالنسبة لي هي علاقات تحمل ثنائية الحب والكُرْه في آن.

جروح مثلية - وجدانية: كان أبي يتجاهلني في أحيان كثيرة. كان الشعور الوحيد الذي يظهره بجانب اللامبالاة هو الغضب. يُرغمني أن أمارس الرياضات

التي كان هو مُدرِّبًا لها، ولطاما كرهت ذلك. كنت أفضل بالأحرىٰ أن ألعب بالدُمىٰ مع أختي أو ألبس فستانًا أو شيئًا من هذا القبيل. لم يكن أيًا من أبويّ يأتيان ليحضرا العروض التي أشترك فيها أو لقاءات السباحة بشكل منتظم. كان أبي فقط يشاهد التلفاز، وهذا -بشكل أساسي- هو ما كانت عليه علاقاتنا.

جروح الإخوة: كانت لدىٰ أختي إعاقة، لذا فقد انطلقتُ في دور الأخ الأكبر، والمسؤول عن الاعتناء بها، والصديق المقرّب. لم يكن بإمكاني أن يكون لديّ أصدقاء لي. ولكم أشعرتني بالذنب. لم يكن بإمكاني أن يكون لي فكري الخاص، لأني كنت أشعر أني كنت دائمًا في احتياج لأن أوافقها وأن أكون صديقها وفقط.

جروح صورة الجسم: أنا طويل جدًّا لكن لم أشعر قط بأني فخور بطولي. أشعر أني هزيل ونحيف وشاحب. لديّ شعر أحمر وحواجب شقراء يلاحظها الجميع، وهذا يضايقني دائمًا. لم تَرُقْ لي أسناني أبدًا، وكان لديّ حَبّ شباب شديد لفترة طويلة.

جروح مثلية - اجتماعية: عانيتُ من الشتائم وإطلاق الألقاب ولم يكن لديّ أصدقاء من نفس الجنس. كنت فقط أرغب في التكيف. كنت مثاليًّا، المفضل لدي المدرسين، المجامِل. ولم أكن مشتركًا في أي من أنشطة الأولاد.

جروح ثقافية: كنت عاشقًا لوسائل الإعلام، أحب التلفاز. ثقافة الرقص هي ثقافة مثلية، لذا كنت منكشفًا علىٰ كل شيء وكل الأنواع المختلفة من الناس. علىٰ سبيل المثال، كانت شركة الرقص خاصتنا تذهب كلُها لحانات المثليين.

منظومة التعليم: كان كلُ من يعلمونني بطريقة جيدة في المدرسة من الإناث. لم يكن لديّ معلم رجلًا أحبه أو أحترمه. كان أقراني من الذكور يسيئون لي لفظيًّا، وكنت أُعامَل كبنت.

الإنترنت: كان عندي إدمان للإباحية لفترة ما.

عوامل أخرىٰ: كنت ابن القس، لذا كان عليّ أن أؤدّي بشكل أكثر أمام أبناء الإبرشية، وكانت القاعدة الوحيدة في أسرتنا هي الذهاب للكنيسة[١].

تذّكر أن الانجذابات المثلية هي دائمًا عَرَض لإساءات الطفولة التي لم تشفَ واحتياجات الحب المشروعة وغير المسددة. قد يكون الأمر صعبًا في البداية، لكن ابدأ في تدارس جروح ابنك واحتياجاته. عن طريق استخدام هذه العوامل العشرة، كوِّن قائمة من الأسباب التي تعتقد أنها وراء اختبار ابنك للمثلية. فهذا هو فقط مرجعكما كوالدين من أجل أن تكتشفا الطريقة المُثلىٰ لأن

(١) آدريان اليوم متزوج من امرأة جميلة، ولديه عائلة سعيدة. .

تحبا ابنكما وتساعدا في عملية الشفاء. من الممكن أن يكتب كل منكما تقييمًا مستقلًا ثم تتشاركان بقائمتيكما.

أعلم أن هذا التدريب الذي ينطوي علىٰ كتابة الأسباب المتعددة لمثلية ابنك من الممكن أن يستحضر مشاعرًا قوية. اسمح لنفسك بوقت للنوح. احصل علىٰ المساندة من شريك حياتك وأصدقائك. عبّر عن مشاعرك مع الآخرين وليس فقط بمفردك. سيساعدك هذا علىٰ أن تُشفىٰ بشكل أسرع وأن تكون متاحًا لشريك حياتك وأبنائك ... خذ وقتك.

كوّن مكتبة من المصادر عن المثلية

ابنِ مكتبة من المواد المفيدة عن أسباب المثلية والشفاء منها. أيضًا، تعلم عن الحركة المثلية وأنشطتها. من المهم أن تتثقف عن ماذا يتعلم ابنك، فتتمكن من أن ترىٰ بعينيه، وتفهم عالمه[1].

من المهم بالنسبة لك أن تقرأ مواد دعامة للمثلية حتىٰ تحصل علىٰ فهم عن طريقة تفكير ابنك إن كان متصالحًا معها. لكن من فضلك، افعل هذا فقط حين تشعر أنك قوي؛ لأن مواد كهذه من الممكن أن تثير الفوضىٰ والتشوش في نفسك. قد تجعلك هذه المواد غاضبًا، مستثارًا، ومشمئزًّا لدرجة الغثيان. تذكر،

---

(١) من فضلك ارجع إلىٰ المصادر في نهاية هذا الكتاب من أجل قراءات ومواقع إلكترونية مقترحة.

نشطاء «المثلية» وحلفاؤهم يعملون علىٰ هذا منذ عقود. لديهم الوقت، والمال، والأفراد، والموارد. فهُم، في الجزء الأكبر، رجال عُزب ونساء عزباوات ذوو دخول عالية، ليس لديهم أطفال، ولديهم الكثير من الوقت المتاح. هم مدفوعون بالغضب والمرارة والألم. وطلباتهم تمثل الحياة والموت بالنسبة لهم: فهُم يخاطرون بحياتهم كل يوم لأنهم يريدون ويحتاجون لقبولنا. المشكلة هي أنهم غير واعين لحقيقة تلك الانجذابات. لذلك، ومرةً أخرىٰ، اقرأ مواقعهم الإلكترونية وموادهم المطبوعة حين تشعر بأنك مستقر وجدانيًّا. هذا الاستقصاء للحصول علىٰ الحقائق ولتثقيفك، لذلك لا تشاركه مع ابنك ذي الميول المثلية، ولا تريه هذه المعلومات، سأشرح المزيد عن هذا في الخطوة السادسة.

البحث عن معالج

من فضلك لا تصر أن ترىٰ ابنتك معالجًا ما لم تكن لديها الرغبة في التغيّر. حينما يأتي ذلك الوقت، لا تأخذ ابنك لمعالج إلا بعد أن تكون قد بحثت بشكل مستفيض عن مؤهلاته أو مؤهلاتها وعن معدل نجاحه في التعامل مع المثلية. قد تتسبب في ضرر أكثر من فائدة إذا ما سمحتَ لابنك أن يرىٰ شخصًا لديه خبرة قليلة جدًّا أو بلا خبرة في هذه المنطقة. لا ترغب أيضًا أن تعرّض ابنتك لشخص سيقوم ببساطة بمحاولة أن «يصلّي» لأجل نزع المثلية أو «ليخرج الشياطين». أعرف عدة حالات حيث أحضر الوالدان أبناءهما لشخص متديّن

وحاول أن «يفكهم». وكان هذا بمثابة سبب لانغلاق الابن مثلي الميول في الحال.

من فضلك ضع في الاعتبار ما قد قيل من قبل بشأن منتهجي «العلاج الموكِّد للمثلية». هذا هو الرأي الحالي لمؤسسات الصحة النفسية والعقلية الرسمية. في الحقيقة، لقد قاموا بتقديم تشخيص جديد لأولئك الذين لا يقبلون مثليتهم: «رهاب المثلية المستدمج». وهذا يعني أنه إذا كان العميل لا يقبل انجذاباته المثلية، فالسبب فهو استدماجه التحامل المجتمعي والديني علىٰ الجنسية المثلية؛ لذا كن حذرًا عند اختيار المعالج.

حين تقرر أنت وابنك أنه قد حان وقت السعي لطلب المساعدة، فها هي بعض الأسئلة التي من الممكن أن تفكّر في طرحها علىٰ المعالج المحتمل:

* ما هو تعليمك وتدريبك في منطقتي الانجذاب لنفس الجنس وعلاج إعادة التوجيه؟

* ما هو اعتقادك الشخصي عن المثلية؟

* هل تمارس «العلاج الموكد للمثلية» أو تؤمن به؟ (من المهم طرح هذا السؤال. لا تفترض شيئًا عن المعالجين، حتىٰ وإن كانوا متدينين).

* منذ متىٰ وأنت تساعد الناس في الشفاء من المثلية غير المرغوبة؟

* هل قد نجحتَ في مساعدة رجال ونساء في الانتقال من توجّهٍ مثلي إلىٰ توجّهٍ غيري؟

* ما هو معدل النجاح لديك؟

* هل كانت لديك خبرة شخصية مع المثلية؟ (مثلي أنا، بعض المعالجين قد خرجوا من المثلية، ومع ذلك هذا ليس بالشرط المطلوب من أجل أن يكون المعالج جيدًا).

* إذا كان لك أن تعمل مع ابني، ما هي المناهج العلاجية التي ستختارها؟ (لفهم المزيد عن المناهج العلاجية، اقرأ الفصل الرابع والسادس).

* إذا كان ذلك مهمًا لك: هل تؤمن بالله؟

حتىٰ إذا صرّح المعالجون بأن لهم إيمانًا شخصيًا بالله، لا تفترض أن ذلك يعني أنهم يفهمون الانجذابات المثلية. فالعديد من المعالجين اليهود والمسيحيين والمسلمين أيضًا يؤمنون بفكرة «فطري، وغير قابل للتغيّر» عن الجنسية المثلية. أيضًا، سيقول بعض المعالجين إنهم يستطيعون مساعدة ابنك في التعامل مع المثلية، لكنهم لا يزالون يؤمنون «بالعلاج التوكيدي للمثلية». من فضلك كن مباشرًا واسألهم إذا ما كانوا يمارسون هذا النوع من العلاج.

قد ترغب في أخذ العلاج الأسري بعين الاعتبار مقابل العلاج الفردي. الجنسية المثلية هي أمر نظامي Systemic، ومن الممكن التعجيل بالشفاء عن طريق

انخراط الأسرة كلها -بابا وماما وكل الأبناء. بهذا الطريقة، لن تكون البؤرة علىٰ الابن مثلي الميول، لكن ستكون هناك فرصة للكل أن يشاركوا في الشفاء الأسري. إذا اخترت أن تتخذ هذا المسار، تأكد من أن تجد معالجًا كفؤًا لديه خبرة في العمل مع الأُسَر. فهذا فنٌّ منفصل بذاته، والعديد من المعالجين لا يشعرون بالارتياح في العلاج الأسري أو لم يتلقوا التدريب الكافي في هذا الصدد.

العلاج بالأفلام

هنالك الكثير لتتعلمه عن الثقافة عن طريق مشاهدة الفن. فالفن يحاكي الحياة، واليوم، ولأن هناك العديد من الرجال والنساء المثليين في صناعة الترفيه، فإن الحياة تحاكي الفن. وقد قمتُ باستئجار العديد من الأفلام التي بها أفكار وخطوط مثلية مكتوبة أو تم إخراجها أو إنتاجها بواسطة رجال ونساء مثليين. هذه الأفلام هي أفضل شهادات عن شقاء وتعاسة نمط الحياة المثلي. تُعلّمنا هذه الأفلام عن مدىٰ كون الحياة المثلية وحيدة وغير مشبِعة. لك هذا التحذير المسبق: إذا قمت باستئجار أي من هذه الأفلام، قد تسبب لك أو لأفراد الأسرة الآخرين ألمًا وجدانيًّا واضطرابًا. فكّر في مشاهدة واحد أو أكثر من الأفلام التالية، لكن افعل هذا مع أحد أحبائك (ليس مع ابنك مثلي الميول)، وتشاركا عن أفكاركما ومشاعركما بعدها.

❊ **The deep end**: أم مفرطة الحماية، تدلل ابنها في غياب الأب في البحر، بينما يشعر الابن بالجوع لحب أبيه. هذه هي علاقة ثلاثية نمطية: ابن حساس ومولع بالفن، تعلق زائد بالأم، وأب بعيد.

❊ **Breaking the surface**: مرة أخرىٰ، تُرسَم العلاقة الأسرية الثلاثية النمطية في هذا الفيلم. الغواص الحاصل علىٰ الميدالية الذهبية في الأوليمبياد جريج لوجانيس هو طفل متبنّىٰ لأب مسيء وأم مفرطة في الحماية. يحاول الابن الحسّاس بشغف أن يحصل علىٰ حب أبيه عن طريق الإنجاز الرياضي، وأخيرًا من خلال علاقاتٍ مسيئة مع رجال آخرين.

❊ **Latter days**: فيلم وثائقي مؤلم عن الرفض الديني لأولئك المختبرين بالمثلية. هذه هي قصة إرسالي مورموني [مسيحي] يكبت مثليته، ويُغوَىٰ من رجل «مثلي». يُظهِر العمل والديه وهما يتفاعلان بكل الطرق الخاطئة - بإصدار الأحكام والإدانة. يرسلانه إلىٰ برنامج رهيب حتىٰ «يتم علاجه»، لكن ينتهي به الحال هاربًا عائدًا إلىٰ رفيقه.

❊ **Angels in America**: هذه الدراما التي قدمتها شبكة HBO وفازت بجائزة إمي Emmy في ٢٠٠٣ والتي كتبها توني كيرشنر الفائز بجائزة بوليتزر Pulitzer، وهي قصة مأساوية لنفوس معذبة من ذوي الميول المثلية الباحثين عن السلوىٰ والتعزية أحدهم من الآخر، بينما يواجهون بدء مرض نقص المناعة المكتسبة

AIDS في الثمانينيات. لا يقدم هذا العمل أملًا ولا معنىٰ. ليس للكاتب أي فهم عن الطبيعة الحقيقية المثلية وإمكانية التغيير.

❊ **Normal**: هذا الفيلم والذي قدمته شبكة HBO -أيضًا- في ٢٠٠٣، يجسد رجلًا يؤمن أنه وُلد في الجسد الخاطئ ويخطط ليغير نوعه من ذكر إلىٰ أنثىٰ بعد خمسة وعشرين عامًا من الزواج. مرة أخرىٰ، يُظهر هذا العمل عدم فهم علىٰ الإطلاق فيما يتعلق باضطراب الهوية النوعية. هناك تلميح مختصر للعلاقة مع أبيه - من الإخزاء، والتلقيب، والإساءات اللفظية.

❊ **Brokeback Mountain**: يُجسد هذا الفيلم الحائز علىٰ جائزة أوسكار عام ٢٠٠٥ تعاسة اثنين من رعاة البقر المشوشين للغاية. للأسف يُسقِط الفيلم الحياة غير المشبعة التي كانا سيعيشانها لو كانا قد عاشا معًا. الاثنان مجروحان ويبحثان عن نفس الشيء الذي لم يختبره أي منهما: حب أبوي صحيّ.

❊ **Queer as Folk and The L word**: هذان المسلسلان اللذان عُرضا علىٰ Showtime يصوران أسلوب الحياة العابر لرجال ونساء منخرطين في نشاطٍ مثلي. شاهد هذه العروض فقط حين تشعر أنك قوي. فهي ستستحضر مشاعر من الاشمئزاز والصدمة والألم.

من ناحية أخرىٰ، هناك العديد من الأفلام الجميلة التي ستمدّك ببعض الأفكار عن شفاء علاقات الوالد - الابن وعن خلق تحالف من الحب: أسرار

عائلية، تردد Frequency، حقل الأحلام Field of Dreams، رجل المنزل Man of the House (النسخة الأقدم لشيفي تشيس وفارا فاسيت)، الحياة كمنزل Life as a House، طفل الكاراتيه The Karate Kid ، فيلم ديزني: الطفل The Kid، المختار The Chosen، رجل دون وجه The Man Without a Face، هناك في الدلتا Down in the Delta، المدرب كارتر Coach Carter, Good Will Hunting.

قصة توم

تُعلّمنا الأفلام والروايات الكثير من الدروس. لكن الحياة الحقيقية هي حيث تكمن الحقيقة. في التقرير التالي، سترىٰ رؤية داخل قلب واحد من عملائي علىٰ لسانه هو. حين أتىٰ إليّ منذ سنوات عديدة، كان ينجذب حصرًا للرجال. والآن بدأت الرغبات نحو الجنس الآخر في الظهور، ويستعد لمواعدة النساء.

من الاعتراف الصريح بالضعفات الشخصية

والالتزام المليء بالتصميم علىٰ الاستمرار،

تأتي قوة كبيرة كافية لتجاوز

أولئك الذين لم يختبروا هذا الصراع.

لورانس ليرنر، «رائع»

بحلول الوقت الذي بدأت فيه التعامل الجاد مع مثليتي، وأنا في سن الثانية والثلاثين، كنت قد قضيت وقتًا طويلًا في الصراع معها للدرجة التي كنت فيها بالكاد أستطيع تذكر الحياة بدونها. لا توجد كلمات للتعبير بشكل كافٍ عن كيف كانت مُستهلِكة ومعيقة. وبينما أكتب هذا، أنا الآن في الخامسة والثلاثين ومستمر في رحلتي للتعافي، وأتحرك نحو استعادة إمكانيتي الذكورية الحقيقية والتي ظلت كامنة لوقت طويل. وعلىٰ الرغم من مرور عامين ونصف العام منذ أن قررتُ أخيرًا أن أواجهها، إلا أن بداية هذه الرحلة تبدو وكأنها كانت منذ زمن بعيد جدًّا. وبطريقة ما، كانت كذلك بالفعل.

بدأ الأمر حين كان عمري ست سنوات. كان أبي آنذاك مدمنًا علىٰ الكحوليات وفي حالة من الحنق الدائم، وكان أخي الأكبر (والذي يكبرني بسبع سنوات) متمردًا ضده، وكانت أمي تحاول بشكل بائس أن تحتفظ بتماسك الأسرة. نحو هذا الوقت بدأتُ الذهاب للمدرسة، وبدأتُ أرىٰ كيف كان الأطفال الآخرون يتصرفون مع والديهم وكيف كانت الحياة تبدو في بيوتهم. كنتُ ولا زلتُ شخصًا حسّاسًا، سريعًا جدًّا في قراءة الظروف المحيطة والحالة الضمنية للمواقف. أدركتُ سريعًا أن أمرًا ما لم يكن صحيحًا بشكل كلي في بيتنا، ليس فقط مع أبي لكن أسرتنا بأكملها. وبمرور السنين، كان من المؤلم جدًّا رؤية أبي يتدهور في إدمانه، ومعه تدهورت حياتنا الأسرية أيضًا.

عندما كنتُ في العاشرة، وجهتْ أمي إنذارًا لأبي: «توقفْ عن شرب الكحوليات وإلا تركتُك». توقّف فعلًا، ولم يلمس الشراب مرة ثانية. وعلىٰ الرغم من انتهاء ليالي التساؤل عما إذا كان أبي سيأتي للبيت سكرانًا أم لا، كنت لا أزال لا أجد الارتياح معه. خاصةً في السنوات الأولىٰ من توقفه، كان الأمر كما لو أن أسرتنا كانت تتظاهر بأن الاضطراب الذي خلفه تناوله للكحوليات لم يكن موجودًا قط. حتىٰ هذا اليوم، لم يعترف أبي أبدًا ولو مرة أنه كان علىٰ خطأ علىٰ الإطلاق. وحتىٰ بعد مرور ما يقرب من خمس وعشرين سنة علىٰ توقفه عن الشُرب، لا يستطيع التحدث عن الأيام التي كان يشرب فيها الكحوليات، بل والأسوأ من هذا، أنه لا يتحمّل أي مسؤولية بشأن تلك الأيام.

حين كبرتُ وتوصلت لفهم أفضل لأبي، أدركت أنه في نواحٍ عدة هو ما يطلق عليه مدمنو الكحول المجهولون Alcoholics Anonymous «سكّير جاف»، وهو شخص لم يعد يشرب الكحوليات إلا أن تفكيره لا يزال مشوّهًا بنماذج التفكير الإدمانية. أدركتُ -أيضًا- ومبكرًا جدًّا أني أُفضّلُ أن أموت عن أن أكون مثله. لستُ سعيدًا بقول هذا. في الحقيقة، إن الأمر مُحزن للغاية أن أقول هذا. لكنها الحقيقة. بينما استمر أبي في التوقف عن شُرب الكحوليات، كان أخي -الذي لم يكن أبي علىٰ درجة من التواصل معه- ذاهبًا في طريقه الخاص. كانت لأخي القدرة الفريدة علىٰ إغضاب أبينا في مناسبات عدة. لماذا لم يكن يقدر أن يخرس

ويحافظ علىٰ السلام؟ اتخذتُ قرارًا في وقت ما حول سن الثالثة عشر أني لن أكون مثل أخي أبدًا أيضًا.

خلال تلك السنوات المضطربة، كان الشيء الذي أردتُه أكثر من أي شيء آخر هو أن أحمي أمي. في نظري، كانت قد مرتْ بما فيه الكفاية. عدم حساسية أبي تجاهها، الضغط الذي كان علىٰ عاتقها للوساطة بين أخي وأبي، والألم الذي سببه لها الموقف برمته - كان هذا أكثر مما يُحتمل. اتخذتُ عهدًا ألا أجرحها أبدًا. سأكون الابنَ المثالي. وفي هذه العملية أصبحتُ لها الهيئة الاستشارية، بشكل ما بمثابة «زوجها» الوجداني. القول بأني أصبحت متعلقًا بها تعلقًا زائدًا هو أقل ما يقال لوصف الموقف.

في نفس الوقت كنت أكتشف أن حساسيتي المفرطة ونقص قدرتي الرياضية في بلدة تتميز بذكورة عالية كانا أمرين يعيقانني. لم أكن متكيفًا مع الأولاد الآخرين. كنت سلبيًّا، أخشىٰ الشجار. كنت أحب أن أرتدي ملابس جميلة، وكنت ضعيفًا وبدينًا. كنت أشعر في بعض النواحي -الحقيقة في الكثير من النواحي- بأني مسحوقٌ من ظروف حياتي. كنت أريد أن أكون شخصًا آخر. كنت حينها في الثالثة عشر من عمري، وبحلول ربيع السنة الدراسية السابعة، بدأت الانجذابات المثلية في التكشُّف لديّ.

كان أولُ ولدٍ وجدتني منجذبًا إليه هو ولد يكبرني بعام، وكان هذا الولد هو كل شيء كان من الممكن أن أكونه «فقط لو». كان ذكيًّا، رياضيًّا، أنيقًا وكان

يبدو لطيفًا. عند هذه النقطة لم أكن أفكر بشكل واعٍ أن شيئًا غريبًا في أن أفكر بصفة مستمرة في هذا الولد. كل ما أذكره عن سؤاليٍ لنفسي كان: كيف يمكنني التشبه به أكثر؟ كيف يمكنني أن أتخلله؟ كيف يمكنني حمله علىٰ الإعجاب بي؟

حين التحقتُ بالمدرسة الثانوية، عاودتُ اختبارَ تلك المشاعر تجاه أولاد آخرين. كان كل منهم دائمًا بنفس المواصفات - نحيل، أنيق، ذو وجه طفولي، ومأمون. كنت أتأمل ماذا يرتدون وكيف يتصرفون، ماذا يحبون، وكنت أحاول أن أحاكيهم. فوق كل شيء آخر، كنت أعمل جاهدًا لأجعلهم يُعجبون بي ويكونوا أصدقائي المقربين. لا أبالغ في وصف كيف كان هذا السعي المُستهلك يسبب لي التوتر والانفعال. كنت في بعض الأحيان أمارس العادة السرية بينما أفكر فيهم، محاولًا تخفيف القلق الذي كانت تسببه كل تلك المشاعر. ومع ذلك ظللتُ في إنكار عميق بشأن طبيعة مشاعري.

في اللحظات النادرة التي كنت أتأمل فيها ما أفعله، كنت أدرك أنه من المستبعد جدًّا أن يكون هؤلاء الأولاد، الذين كنت معجبًا بهم جدًّا، يشعرون بنفس الشيء ناحيتي. لكن هذا لم يوقفني - اشتياقاتي العاطفية واحتياجي للانتماء كانا أقوىٰ جدًّا. مرة تلو الأخرىٰ، أيًّا كان الشخص الذي كنت أسعىٰ إليه وأشعر بالهوس به وبالتوق لأكون معه، كل مرة كان قلبي ينكسر بطريقة ما. لم تسر الأمور أبدًا مثلما كنت أريد، وبعدها بوقت قصير كنت أتحوّل باهتمامي نحو شخصٍ آخر، وكان نفس الشيء يحدث مجددًا.

كانت تقاليدي الدينية تتبع الروم الكاثوليك، وكانت مشاعري المثلية مصدرًا لإحساسي بالذنب والخزي. كانت لديّ «رفيقات»، ولكن كان هذا فقط لأنه ما كان متوقعًا مني. لم يكن لي أبدًا أن أصرّح لأي شخص أن مشاعري نحو الشباب كانت أقوىٰ وأشد مما كنت أشعر به نحو البنات. كان هذا تدريبًا في قوة الاحتمال، وتطلّب هذا تمثيلًا هائلًا لأتظاهر بأنني «طبيعي».

في صيف ما بين السنة الدراسية الثانية والثالثة من الثانوية، عَرَضَ عليّ رجلٌ أن يوصلني إلىٰ المنزل بسيارته بعد احتفالٍ ما وكان رجلًا أثق به وكنت أحاول أن أقلده. صُدمت حين بدأ يسألني أسئلة عن معدل ممارستي للعادة السرية، وكيف كنت أفعلها، وإذا ما كنت أحبها. جعلتني أسئلته أشعر بعدم الارتياح الشديد، لكني كنت أريد اهتمامه لدرجة شديدة فلم أعبر عن ذلك. ثم بعد بضع دقائق من هذا النوع من الحديث، قال بنعومة، «أرني كيف تفعلها».

لقد مر علىٰ هذا الحدث واحد وعشرين عامًا، ولازلت لا أستطيع أن أشرح بشكل وافٍ مدىٰ الخوف الذي اختبرته في تلك اللحظة. لماذا وافقته؟ لماذا قمت بفعل ما طلبه؟ ربما لأني كنت خائفًا -خائفًا جدًّا لدرجة أني لم أستطع إلا فعل ذلك. كنت خائفًا أنه في حالة ما لم أفعل ما كان يريده، لن يحبني مرة ثانية. وبينما امتثلتُ لطلبه وسحبتُ بنطالي، نظر نظرة واحدة نحوي ثم بدأ في السخرية والضحك. شعرتُ بإهانة لا توصف. ما زاد الأمر تشوشًا أن

بعدها بدقائق وبينما استكمل توصيلي للمنزل، ظل يتحدث لكن عن غير شيء محدد، كما لو أن الحدث لم يحدث أبدًا. في الشهور والأعوام بعدها كنت أرىٰ هذا الرجل من حين لآخر ولم يسألني ثانية أبدًا أن أفعل شيئًا كهذا. ما كان يفعله، وربما كان هذا مدمرًا أكثر، أنه استمر في الاستخفاف بي مثلما فعل خلال ذلك الحدث.

وعدتُ نفسي ألا أتحدث عن ذلك الحدث لأي شخص -أبدًا، مطلقًا. حاولت أن أضعه خارج ذهني، لكن في العقدين التاليين كنت أحمله داخلي، شاعرًا بالخزي العميق والتشوش. وبينما كبرت، كنت أسمع عن أولاد آخرين كانت لهم خبرات مرعبة تمامًا من الإساءة الجنسية علىٰ مدىٰ فترات طويلة من الزمن. حاولت أن أقنع نفسي أن خبرتي الخاصة لم تكن شيئًا - مجرد لحظة لا تحمل أي أهمية للتذكر. لكن في قلبي كنت أعرف أن هذا ببساطة لم يكن حقيقيًّا.

في نفس الوقت، حتىٰ حين حاولت أن أمارس حياة عادية، ظل انجذابي للشباب مستمرًّا. كانت هناك رفيقات أيضًا، لكن بمجرد أن كانت علاقتنا تقود للحميمية، سواء جسديًّا أو عاطفيًّا، كان هناك حاجز تلقائي يغلق من حولي. وأخيرًا، بعد «خداع لنفسي» لمدة سنتين، وحين كنت في الرابعة والعشرين خلُصت إلىٰ أني من المحتمل جدًّا أني «مثلي».

وقتها بدأت في البحث وبنشاط عن مثليين آخرين. كنت أريد أن أستكشف مشاعري بشكل أكبر، علىٰ الرغم من أني كنت أشعر بالاشمئزاز كل مرة كنت أفعل ذلك. تحولتْ ارتباطاتي العاطفية بالرجال تدريجيًّا إلىٰ علاقات جسدية. كل مرة كان هذا يحدث، كنت أخرج حزينًا أكثر، مشوشًا أكثر، ووحيدًا أكثر من أي وقت آخر، ومشمئزًّا من سلوكي. حاولت أن أقنع نفسي أن كل شيء علىٰ ما يرام، لكن شيئًا ما داخلي كان يعلم جيدًا أن كل شيء لم يكن علىٰ ما يرام.

استمر هذا النمط من التظاهر بالغيرية مع وجود حياة مزدوجة لمدة ثلاث سنوات، حتىٰ تلك الليلة التي قابلت فيها الرجل الذي كان في النهاية سيضعني علىٰ مسار التعافي الشخصي. كان هو التوليفة النموذجية لكل الصفات التي كنتُ في حالة سعي لها في الأربع عشرة سنة السابقة. كان وسيمًا لدرجة غير معقولة، أنيقًا، ذا وجه طفولي، منمّق جسديًّا - كل شيء كنت قد رغبتُه في حياتي في باقة واحدة. لم أقع في الحب بل في الهوس لدرجة القشعريرة حين أفكر في الأمر الآن. أتذكر بوضوح تفكيري، كنت مقتنعًا أن بوجوده جانبي، ستنتهي عندي حياة التوق والوحدة.

لمدة سنة ونص السنة التاليتين، سعيتُ وراءه بتصميم مريض. وكل مرة كنت أخرج عن طريقي لأثبت نفسي له، وكل مرة كنت أضحّي، وكل مرة كنت أقود سيارتي بجوار بيته في منتصف الليل، كنت أعلم في أعماقي أني كنت في

موقف خطير. بحسب أفضل ما لدي من معرفة، لم يكن يعلم أبدًا بمدىٰ مشاعري. أو ربما كان يعلم. الأمر هو أن أشواقي لم تكن تُرد بالمثل. الأسوأ من هذا أنه كان لدي شعور بأنه لم يكن يهتم علىٰ الإطلاق.

كان الألم معيقًا. لم يكن بإمكاني التوقف عن التفكير فيه، ولتخفيف هوسي، كنت أخرج في منتصف الليل مدفوعًا للالتقاء جنسيًّا بأول شاب أجده. استمر هذا الأمر لشهور، حتىٰ ليلة شتاء حيث جلست بمفردي في شقتي، أكثر وحدة وعزلة من أي وقت مضىٰ، بكيت بكاء مرًّا، مفكرًا في الحطام التي أصبحت عليها حياتي، مفكرًا في كل الرجال الذين سعيتُ إليهم، خاصة في السنة الأخيرة. وكتبتُ عهدًا انتويت الحفاظ عليه، حتىٰ لو لم أعلم كيف لي أن أفعل هذا. كل ما كنت أعرف هو أن هذا العذاب الوجداني لم يكن ليستمر، وعدت نفسي بهذا.

بالطبع استمرتْ رغباتي المثلية علىٰ الرغم من أفضل النوايا لديّ. في بضع السنوات التالية، قمت بفصل نفسي وجدانيًّا، بالرغم من حقيقة أني كنت بين الحين والآخر أنزلق وألتقي بأناس حين كان التوق أقوىٰ جدًّا. بعد ثلاث سنوات من قطعي للعهد، وبعد أن كسرته بشكل متكرر رغمًا عني، اعترفت لنفسي أني بحاجة للمساعدة.

لكن خوفي من السعي للمساعدة كان غامرًا. ماذا كنت لأكتشف إذا ما تحدثت لأحدهم عن حياتي؟ هل أنا حقًّا مثلي؟ هل يوجد أي أمل للتغيّر؟ ظللت أصارع مع هذه الأسئلة قرابة السنة. وأخيرًا، وبعد أن تحطّمتُ بعلاقة أخرىٰ لا تطاق، قمت ببحث علىٰ الإنترنت عن منظمة أو شيء من هذا القبيل والتي بإمكانها مساعدة رجالٍ مثلي. وجدت الموقع الإلكتروني لمؤسسة البدائل الإيجابية، حيث قرأت: (ما من أحد وُلد مثليًّا).

كان هذا كل ما في الأمر. لقد كنتُ محقًّا طول الوقت. لم يكن من المفترض أن أكون مثليًّا.

ثم قرأت كتاب ريتشارد كوهين «الخروج رجلًا»، ورأيت نفسي في الكثير مما كتبه وأدركت فيّ العديد من أسباب المثلية التي ذكرها. تعلّمت أني نموذج نمطي للذكر مثلي الميول - مُفرط الحساسية، مع أب مدمن علىٰ الكحوليات ومسيء، تعلّق مَرضي مع أمي، وتاريخ من الإساءة الجنسية. أكّد هذا ما قد كنتُ أشك فيه دائمًا، أن مشاعر المثلية لديّ لم تحدث مصادفةً. بعد المصارعة مع مخاوفي وقتًا أطول قليلًا، حددت موعدًا للتحدث لريتشارد.

كنت أعتقد أن بإمكانه أن ينهي كل هذا في عيادته، فقط بيننا نحن الاثنين، إلىٰ أن أوعز إلي بأهمية أن أتواصل مع أناس آخرين. أن أشارك أناسًا آخرين؟ .. ظننت أنه من المؤكد يمزح. لكنه أكّد وأعاد التأكيد علىٰ هذه الضرورة، إلىٰ

أن وافقتُ أخيرًا علىٰ المحاولة، وحذرتُه: لنأمل أن رأيك في ذلك صائبًا. لم يمضِ وقت طويل حتىٰ اكتشفت أني مُباركٌ ببضعة رجال في حياتي أستطيع أن أشاركهم بأكثر التفاصيل حميمية مما قد مررت به. هؤلاء الرجال رائعون. شاركتهم وريتشارد لمدة ساعات، متحدثًا عن الحُزن وخيبة الأمل والفشل بما لم أتحدث بشأنه لأي أحد من قبل أبدًا. كان الأمر جذريًّا بالنسبة لي أن أنفتح بهذه الصورة.

في نفس الوقت شرح ريتشارد أن عليّ أن أقضي السنة التالية في إعادة التواصل مع طفلي الداخلي -الولد الصغير المجروح داخلي. حينها، ظننت أولًا أن هذا جنون. لم أكن أشعر بأي تواصل مع أي طفل، داخلي أو غيره. لكني أدركت ببطء أن طفلي الداخلي فعلًا هو من كان في احتياج للشفاء، وليس البالغ ذا الثلاثة والثلاثين عامًا. لم تكن هذه العملية بالسهلة، واستغرق الأمر وقتًا طويلًا بالنسبة لي لأتواصل مع طفلي الداخلي، وذلك بسبب «أنه» كان قد جُرح بعُمق.

تعلّمتُ أن عليّ أن أصبح أبًا محبًّا له -وهو نوع الأب الذي لم يكن لدي أبدًا. وعن طريق هذا فقط من الممكن أن أتغلب علىٰ الألم والخوف والوحدة اللذين صحباني طيلة الحياة واللذين قد قاداني نحو المثلية. في اتّباعي لهذا المسار من الشفاء، بدأت انجذاباتي المثلية في الاختفاء، ببطء ولكن بثبات.

لكن ظهرتْ أمورٌ صعبة أخرىٰ. أصبحتْ مواجهة الرجل الذي أذلني ضرورية. ناظرًا للوراء، لازلت مفاجًا بحماستي، وذلك لأنه لم يكن من طبيعتي علىٰ الإطلاق أن أواجه. حين جاءت اللحظة أخيرًا، بعد بداية شفائي من المثلية بسبعة عشر شهرًا، أستطيع أن أقول بأمانة أني لم أشعر أبدًا بقوة الله بهذه القدر مثلما شعرت بها بينما تكلمت معه. وبقدر ما كانت تلك الخبرة مُمَكِّنة، إلا أنها لم تزل جزءًا من العملية الأكبر من وضع الأشياء في نصابها الصحيح.

كنت أتمنىٰ لو أن محاولاتي للتواصل مع أبي كانت ناجحة أيضًا، لكني تعلّمتُ شيئًا لم أكن قد وضعتُه في اعتباري قبلها أبدًا: أنه كانت لديّ الشجاعة والبصيرة لأواجه ما يخيفني، حتىٰ لو لم يستطع هو. هذه العملية من المواجهة، ووضع الأمور في نصابها الصحيح، والتعامل مع الألم، والإنصات لطفلي الداخلي، والمشاركة مع رجال آخرين، وتبنّي ما شعرت بأنه طبيعتي الحقيقية، قامت هذه الأشياء ببطء ولكن بثبات بنزع الخوف الكامن الذي كان لديّ من أن «أفقد نفسي».

أخيرًا أنا أتعرّف الآن علىٰ الرجل الذي كنت من المفترض أن أكونه حقًّا.

بينما أكتب هذا، أنا في المرحلة التي يسميها ريتشارد «المرحلة الرابعة» من رحلة الشفاء. الخطوة التالية لي هي أن أتحدث عن هذه الأمور مع أمي وأن

أُشفَىٰ من جروحي من الجنس الآخر. لست متأكدًا كيف ستصبح الأمور، لكني لست قلقًا. أتمنىٰ أن أبدأ في مواعدة النساء قريبًا، وأعتقد أني سأفعل هذا.

تستغرق عملية الشفاء الكثير من الوقت. لا يمكن استعجال شيء كالخروج من المثلية. لكني أستطيع أن أقول بيقين إني لا أستطيع أن أتخيل الرجوع لسلوكياتي الماضية. إن التغيير ممكن. وأنا مثال حي[1].

---

(١) مستخدم بإذن من الكاتب.

الخطوة الخامسة

استخدم مهارات التواصل الفعال

في إطار جهودك للتواصل في حبٍّ لابنك أو ابنتك ذات الجنسية المثلية، يُعتبر استخدام مهارات التواصل الفعّال واحدًا من أهم جوانب خلق الحميمية. لدىٰ معظمنا الكثير لتعلمه عن فن التواصل -خاصة عندما نكون منخرطين وجدانيًّا- لأن هذه المهارات لا تأتي بطريقة طبيعية وتتطلب ممارسة. لم يتعام الكثيرويْن منّا بطريقة سليمة فن الاستماع والمشاركة مطلقًا. قد تجد أنه من المفيد أن تمارس بعضًا من المهارات التالية مع شريك حياتك أو مع أبنائك الآخرين والأصدقاء. لاحقًا، إذا ما زادت حرارة المحادثات مع ابنك مثلي الميول، ستكون مستعدًا بشكل أفضل أن تتواصل بشكل فعّال.

أحد مفاتيح التواصل الجيد والذي يعتبر مفتاحًا مفيدًا بشكل خاص هو الإنصات المنعكس: إعادة صياغة ما يقوله الشخص وتقديم التعاطف مع أفكاره

ومشاعره، [بأن تقول: هل تعني كذا وكذا؟ . . . فهمت كذا وكذا، هل هذا صحيح؟]. ومن فضلك، اسمح لي أن أجيب عن سؤالٍ قبل أن تسأله: لا، لا يعني الإنصات المنعكس أن توافق علىٰ ما يقوله الشخص الآخر. ببساطة يعني أنك تفهم من أين يأتي، وأنك مهتمٌ وتستخدم مهارات استماع جيدة. التواصل السيئ هو: «أنا علىٰ صواب وأنت مخطئ». التواصل الجيد هو، «أنا أتفهّم أفكارك ومشاعرك وأنت تتفهّم أفكاري ومشاعري». هذا لا يقتضي ضمنًا الاتفاق، بل يدل علىٰ الاحترام والتراحم.

أخبرني الكثير من الوالدين أنه من الصعب عليهم أن يناقشوا أمور المثلية مع ابنهم. يشبه هذا النموذج ما يضرب به المثل من الفيل الموجود بالغرفة، لكن ما من شخص يود الحديث عنه. باستخدام مهارات تواصل جيدة، ستتعلم كيف تدخل في حوار صحي بشأن تلك الانجذابات. من الممكن أن تسأل أسئلة مفتوحة مثل: «متىٰ بدأتَ في اختبار الانجذاب لنفس الجنس؟». ثم استخدم الإنصات المنعكس لاستكمال المحادثة. بهذه الطريقة لن تضطر لرد فعل بصورة دفاعية ولا أن تأخذ ردود ابنك بشكل شخصي. سيساعد هذا علىٰ أخذ التواصل لمستوىٰ أعمق.

إذا ما استدعىٰ الأمر وجود مواجهة، من الضروري لك أن تختار معاركك بحكمة. وجّه المحادثة دائمًا ناحية الأفكار والمشاعر والاحتياجات، وبعيدًا عن

الأحكام. معظمنا لا يريد النُصح لكننا نتوق لأن نُسمَع ونُفهَم. عندما تُطبق بحكمة المهارات التالية، سيطمئنّ ابنك لحبك.

كن مستمعًا جيدًا

ها هي مهارات لتساعدك أن تصبح مستمعًا فعالًا:

١- قدّم اتصالًا بالعين: من المهم أن تنظر لعينَيْ مَنْ يتحدث إليك. يُظهر هذا انتباهك واهتمامك.

٢- لاحظ لغة الجسد، والنغمة، والكلمات: تعتبر لغةُ الجسد ونغمةُ التعبير أكثر أهمية من الكلمات، ولهذا فإن الاتصال بالعين ضروري. تستطيع أن تدرك أكثر عن الناس من خلال تعبيرات وجوههم، والإيماءات، والحركات أكثر من كلماتهم.

٣- دع الصمت يأخذ مكانه: الصمت هو واحد من أعظم المنح التي يمكنك تقديمها لشخص آخر. لا تملأ اللحظات الفارغة بكلمات، فقط «كُن» مع ابنك. الجلوس معه في اللحظات الصامتة يدعه يعلم أنك «موجود» ومتاح له، ويعطيه الفرصة أن يذهب لأعماق أفكاره ومشاعره.

٤- انضم إليه: بدلًا من أن تعطي رأيك، خذ خطوة لتكون مكان الشخص الآخر وترىٰ الأمور من وجهة نظره. يتم هذا من خلال الإنصات المنعكس،

والذي فيه تعيد صياغة ما يقوله وتقدم فرضيات بشأن ما يفكر ويشعر به. ها هي ثلاث خطوات لتنمية الإنصات المنعكس، ملخَّصة بتصرُّف من الندوات التدريبية لطريقة العلاج الزوجية لـ: د. هارفيل هيندريكس:

أ- أنصت بينما يشارك ابنك ببضع جُمل. ثم ردد عليه ما قد سمعت للتو وأضف، «هل هذا صحيح؟» أو «هل فهمْتُ بشكل صحيح؟». إذا ما حدث وكنتَ مخطئًا، لا تقلق، لأنه سيقوم بتصحيحك. إذا نسيتَ شيئًا، سيقول لك. ثم أعد الصياغة مجددًا، حتىٰ تفهم بشكل صحيح. ثم قل، «هل من مزيد؟». أنصت وفكِّرْ مليًّا ثانية. استمر في إعادة الصياغة والسؤال، «هل من مزيد؟». حين يقول، «لا، هذا كل ما لدي لقوله»، وقتها قم بتلخيص المحتويات الأساسية مما سمعتَ. ثم قل، «هل هذا ما قلتَه بشكل أساسي؟». قد يستغرق هذا وقتًا طويلًا. كن صبورًا.

لا تضف أفكارك الخاصة ولا مشاعرك أو تصرفك في إنصاتك المنعكس. من المقبول أن تختلفا الرأي بنسبة مائة بالمائة. فقط تحتاج أن تسمعه وتتأمل فيما سمعته. بهذه الطريقة، يشعر أنه مفهوم ومُعتبر ومحترم.

مثال:

هو يقول: «سئمتُ من محاولتك لإصلاحي أو مداواتي من مثليتي».

أنت تقول: «أفهم من ذلك أنك مللت من محاولتي إصلاحك أو مداواتك من مثليتك. هل هذا كل ما في الأمر؟»

هو يقول: «نعم! هذا هو كل ما في الأمر. لا أريدك أن تصلحني. أنا علىٰ ما يُرام كما أنا. من فضلك، بابا، هل لك فقط أن تحبني كشخص مثليّ وتترك الأمر عند هذا؟»

أنت تقول: «آها . . . أنت لا تريدني أن أصلحك، فأنت علىٰ ما يرام كما أنت، وكل ما تحتاجه حقًّا مني هو أن أحبك كشخص مثليّ وأترك الأمر عند هذا».

هو يقول: «نعم، بابا، أظن أنك أخيرًا بدأت الفهم. أنا ابنك. أعلم أنك تحبني. فقط أحتاجك أن تقبلني من أجل شخصي».

أنت تقول: «أنت ابني، تعلم أني أحبك، وتحتاجني أن أقبلك فقط كما أنت. هل هذا هو كل شيء يا بُني؟»

هو يقول: «نعم، بابا، هذا هو كل شيء. أشكرك لاستماعك لي وتفهمك».

انضممتَ إليه. التقيتَه حيث يعيش. بدلًا من مشاركة أفكارك الشخصية ومشاعرك ورغباتك، انضممتَ إلىٰ أفكاره ومشاعره ورغباته هو. يحتاج هذا إلىٰ الكثير من الممارسة والصبر.

ثم تقول بالتلخيص: «ما سمعتك تقوله هو أنك سئمت من محاولتي إصلاحك أو مداواتك من مثليتك، وأنك قد تعرَّضْتَ للجرح لأني لم أقبلك فقط

كما أنت. وأن كل ما أنت تحتاج حقًّا مني هو حبي وأن أقبلك كرجل مثليّ. هل هذا هو كل شيء؟»

هو يقول: «نعم، بابا، أنت فهمتَ».

(ما تقوله يبدو لي منطقيًّا لأن . . «هنا تحتاج أن تتخيل كيف يفكر، مرة ثانية عن طريق أخذ خطوة لتكون مكانه. فأنت تعطي شرعية لأفكاره، ولا يشترط أن تتفق معها. بعد أن تنتهي، قُل، «هل هذا صحيح؟». إذا كان الأمر خاطئًا، لا تقلق. سيقوم هو بتصحيحك. ثم أعد صياغة ما يقول وأنه يقول، «هل هذه هي الطريقة التي تفكر بها؟». حين تتلقىٰ إجابة تأكيدية، انتقل للخطوة التالية.

مثال:

أنت تقول: «تبدو منطقيًّا لي لأنك تعتقد أنك وُلدت مثليًّا، وأن هذا هو ما أنت عليه. ما من فارق بين توم كابني وتوم كرجل مثليّ. كلاهما واحد ومتطابقان. لذا فاحتياجك مني هو أن أقبلك كرجل مثليّ، دون محاولات تغييرك. هل هذا هو تفكيرك؟ هل فهمتُك؟»

هو يقول: «نعم، بابا، أنت بالفعل تفهم. أنا مولود مثليًّا، وهذه هي طبيعة الأمر. لذلك فمحاولتك «لتغييري» ليست بالمنطقية علىٰ الإطلاق. كَوني مثليًّا هو ما أنا».

أنت تقول: «إذًا كونك مثليًّا هو ما أنت عليه. أنت تعتقد أنك هكذا ولدت، ولذا فأي جهود «لتغييرك» ليست بمنطقية. هل هذا هو الأمر؟ هل هناك المزيد».

هو يقول: «لا، بابا، أنت فعلًا تفهم. شكرًا علىٰ تفهمك».

ج. «في ضوء كل ذلك، أتخيل أنك تشعر أنك . . .». استخدمت كلمات شعور بسيطة مثل حزين، غاضب، مسرور، خائف، مذنب، خجلان، سعيد، مخيّب الأمل، مشوَّش. مرة أخرىٰ، لا تقلق إذا ما كنت مخطئًا. سيصحح لك ابنك. ثم كرّر ما سمعت. «أوه، فأنت تشعر إذًا بأنك . . .» حين تتلقىٰ تأكيدًا، فقد انتهيت. مبروك. فقد أنصتَّ بنجاح الآن إلىٰ الشخص الذي كنت تسمعه واحترمته. وهذه هي الطريقة التي يحدث بها الإنصات الفعال. فهو مهارة تحتاج أن تتطوّر وتنمىٰ.

مثال:

أنت تقول: «في ضوء كل هذا، أتخيل أنك بالتأكيد تشعر بأنك محبط، حزين، وحيد، ومُتعب. هل تلك هي مشاعرك؟»

هو يقول: «نعم، بابا، لقد شعرتُ بأني وحيد جدًّا، وغاضب بشدة منك ومن ماما، ومُحبط جدًّا. لقد كان من المؤلم جدًّا محاولة أن أكون ابنكما ومتظاهرًا بكوني شيئًا لست عليه. أنا مجروح جدًّا وتعبت من كل هذا، وفقط

أحتاج لحبكما وقبولكما. سيعني هذا العالم بالنسبة لي، بابا. من فضلك فقط أحباني لشخصي».

أنت تقول: «أشكرك، يا بُني. سمعت منك أنك قد شعرت بأنك وحيد جدًّا وغائب ومُحبط من ماما ومني. وأنه كان من المؤلم جدًّا التظاهر بكونك شيئًا لستَ عليه. وأنت مجروح جدًّا ومتعب من كل هذا. وأن كل ما تريده وتحتاج حقًّا هو أن نحبك فقط كما أنت. هل هذا كل شيء، بُني؟»

هو يقول: «نعم، بابا. أشكرك».

انتبه للغة جسدك. تأكد بشكل واعٍ أنك «مفتوح» لتسمع المتكلم (لا تعقد ذراعيك). أظهر اهتمامًا بما يقوله. حاول ألا تستخدم نغمة مختلفة عن نغمة ابنك. إذا استخدمت نغمة ساخرة، سيُفقد هذا شرعية ابنك وسيُحبط جهودك أن تقترب. إذا كانت لديك مسحة غاضبة في صوتك، سيُصبح من تحب دفاعيًّا في الحال. تذكّر، لا تحتاج أن تتفق -فقط أنصت من أجل أن تفهم. الإنصات المنعكس يحتاج الكثير من الممارسة والصبر. ستساعدك مهارة التواصل البسيطة هذه أن ترىٰ الحياة من وجهة نظره. فوق كل شيء آخر، تشجع، واستمرّ!

كن متواصلًا فعَّالًا

يتضمن التواصل الفعال أيضًا الطريقة التي تشارك بها الأفكار والمشاعر والرغبات دون الإلقاء باللوم أو إملاء الأوامر. يساعد هذا علىٰ أن يستقبل

المستمع رسالتك. إذا استخدمت جمل «أنت» بدلًا من جمل «أنا»، سيصبح المستمع دفاعيًّا وسينغلق.

١- أدوات عملية لمشاركة فعالة:

أ- التواصل البصري: مرة أخرىٰ أسس اتصالًا جيدًا بالعين. تأكد من أنكما تنظران أحدكما لعيني الآخر لا إلىٰ الأسفل علىٰ الأرضية ولا علىٰ شخص آخر في الغرفة.

ب- التواصل الجسدي: اخلق قناةً بينكما باستخدام شكل ما من التلامس الصحي. امسك بيد ابنتك أو بكلتا يديها، ضع يدك أو يديك علىٰ كتف ابنك أو كلا كتفيه أو تعانقا عند مشاركة شيء هام. سيساعدهما ذلك علىٰ استقبال رسالتك بعمق أكثر. يعمل التلامس الجسدي كقناة وصل ويخلق حميمية أعظم بين المتكلم والمستمع.

ج- استعمل لغة مسؤولة: املك زمام أفكارك ومشاعرك ورغباتك عن طريق استخدامك لجمل «أنا»، وليس جمل «أنت».

مثال ١:

مشاركة غير فعالة: «لا يجب أن تعتقد أن الناس يولدون مثليين. لستَ (مثليًّا) في الحقيقة. لقد تم غسل مخك لتعتقد في هذا الهراء».

مشاركة فعالة: «أنا متأكد أنك تعلم هذا، أنا لا أعتقد أن الناس يولدون مثليين».

مثال ٢:

مشاركة غير فعالة: «يجب أن تعلم حقيقة أنك تسير عكس إرادة الله. عليك أن تشعر بالخجل لرغبتك أن تحيا بهذه الطريقة».

مشاركة فعالة: «أنا لا أعتقد أن الله خلقك بالمثلية».

الأمثلة السابقة من جمل «أنت» تلوم وتُخزي الابن وستعمل فقط علىٰ إجهاد العلاقة أكثر. هدفك هو أن تخلق تواصلًا مفتوحًا حتىٰ تستطيع قوة الحب أن تشفي. تذكّر، لا يمكنك أن تتحكم في أي شخص أو تغيره. النظر إلىٰ عينيّ ابنتك، والإمساك بيديها واستخدام جمل «أنا» سيساعد ابنتك بشكل عظيم أن تشعر بقلبك المخلص. وسيساعدك هذا علىٰ أن تستجلب الترابط الآمن الذي تسعىٰ لتحقيقه.

٢- **أساليب لحل النزاع:** ها هي إرشادات صحية عن كيفية التعبير عن نفسك عندما تكون مجروحًا أو حزينًا بسبب كلمات ابنك أو سلوكه (أو كلمات أو سلوك آخرين):

أ- اوصف الحدث: قُم بتحديد وتعيين كلماتها أو سلوكها فيما يتعلق بالحدث المحدد موضع الحوار. لا تعمم أو تتكلم عن الماضي (علىٰ سبيل

المثال، «أنتِ دائمًا . . .» أو «السنة الماضية أنتِ . . .»). أفضل شيء هو تجنّب استخدام دومًا وأبدًا عندما تكون غاضبًا. إذا ما فكرت في الأمر، ستجد أن هذه هي كلمات يستخدمها الأطفال حينما يغضبون. لا تقل، «دائمًا ما تتركني وتمشي عندما أحاول أن أتحدث إليك». بدلًا من ذلك قل، «اليوم حين كنتُ أتحدث إليك، تركتني ومشيتَ بعيدًا».

ب- اوصف المشاعر: استخدم كلمات مفردة لتحديد مشاعرك (علىٰ سبيل المثال: حزن، غضب، فرح، خوف، وجع. وهكذا). مثال: «حين كنت أتحدث إليك تركتني ومشيت، شعرت بالحزن».

ج- اوصف أفكارك: أعلن ببساطة عن آراءك، أحكامك أو معتقداتك، بكلمات أخرىٰ، كيف قمت بتفسير الحدث. مثال: «ما فكرت فيه لما تركتني ورحلت بينما كنت أتحدث إليك هو أنك لا تهتم لشأني، وأن أفكاري لا تهمك. يذكّرني هذا بالمرات التي كان أبي أنا يفعل ذلك، ولهذا فالأمر جارح لي بشدة». امتلك زمام انفعالاتك بدلًا من لوم الشخص الآخر. يجعلك هذا أكثر قوة، بدلًا من «ضحية» لا حول لها.

د- اوصف احتياجاتك بوضوح: اجعل طلبك محددًا ويمكن قياسه. مثال: «أطلب منك أنه عندما أكون أتحدث إليك، حتىٰ -وإن كنتَ معارضًا- من فضلك أنصت واسمع لي حتىٰ أنتهي. سأقدر هذا حقًّا». كن محددًا، ولا تطلب طلبات

شاملة واسعة. كلما كانت طلباتك بسيطة ومحددة ويمكن قياسها، ستكون فرصك أفضل في الحصول علىٰ ما تريده وتحتاجه.

هـ- **امنح في المقابل**: عبّر عما أنت مستعد لتقديمه. مثال: «إذا كلمتك يومًا وكنت مجروحًا أو مستاءً مما أقول، فقط عرّفني. أنا مستعد للغاية أن أستمع لما لديك لتقوله». يخلق هذا تبادلًا من الأفكار ويُظهر رغبتك في أن تجعل العلاقة تعمل جيدًا.

من فضلك لا تمارس الخطابة أو الوعظ بينما تشارك أفكارك وآراءك. إذا رضخت لهذا الإغراء، قد تفقد صلة الحب بينك وبين ابنك. تذكر، هدفك هو أن تخلق ارتباطًا آمنًا مع ابنك، وسبيله هو أن تفعل هذا من خلال التواصل المسؤول.

٣- **استراتيجيات لتعزيز الترابط من خلال التشجيع**: شجع ابنتك عن طريق التكلم بكلمات محبة ومشجعة عن شخصيتها وسلوكها، وساعد في تقوية المناطق الضعيفة. أمثلة: «أنا فخور جدًّا أنكِ ابنتي». «أنتِ رقيقة وأنثوية جدًّا». «حقًّا أنا معجب بقدرتك علىٰ الرسم». «أحبك بالضبط كما أنت» «أنتِ ابنتي الجميلة».

تأكد من أن كلماتك طبيعية ومخلصة، ليست متكلفة ولا متلاعبة. يحتاج كل شخص أن يُقدَّر ويُشجَّع. كلما قدمتَ كلمات تشجيع حقيقية وصادقة، ستجد طريقك للعودة لروح ابنك/ابنتك أسرع. فالتشجيع يلين القلب.

الممارسة والممارسة، ثم الممارسة

التواصل الفعال هو أولًا عِلمٌ يتم تعلمه عن طريق استخدام هذه المهارات الأساسية. بعد ذلك، وبعد الكثير من الممارسة، يصبح فنًّا. سيحدث هذا عندما تأخذ الوقت الضروري لتنمية أدوات فعالة للإنصات والمشاركة. كلما أنصتَّ وشاركتَ، تزداد اقترابًا مع من تحب. نعم، ما من شك أنك ستقع في أخطاء في الطريق. لكننا جميعًا نتعلم من خلال الأخطاء، ولهذا فالممارسة مهمة جدًّا.

من الحكمة استخدام مهارات التواصل هذه مع الجميع في دائرتك الداخلية -شريك حياتك، والديك، أبنائك وزملائك. هذه المهارات مفيدة في تأسيس حميمية أعظم في كل العلاقات. تشبه ممارسة التواصل الفعال التدريب علىٰ الأوزان. فإذا كنت تقوم برفع الأثقال بشكل منتظم وتصبح في هيئة جيدة، فحين تضطر، دون أن تتوقع، لحمل شيء ثقيل، يكون لديك القوة اللازمة لفعل ذلك. ومن ثم، إذا مارستَ مهارات التواصل بجِد، فحين يظهر توتر أو نزاع مع ابنك، ستكون أكثر قدرة علىٰ خلق حميمية من خلال الإنصات المنعكس، ومشاركة أفكارك ومشاعرك واحتياجاتك بطريقة مسؤولة.

الثقة هي جزء حيوي من كل علاقة، وتُكتسب الثقة في التواصل بالاستماع للشخص الآخر دون إصدار حكم. المهارات التي قد قمنا بمناقشتها هي أكثر نفعًا في خلق مكان للمشاركة خالٍ من الأحكام. قد تتحداك ابنتك لترىٰ إذا ما

كنت تحبها حقًّا. خذ بضعة أنفاس عميقة قبل أن تقول أي شيء. ينبغي ألا يسير ردك مع ما يُمليه شعورك التلقائي الانفعالي. لا تنفجر في الهجوم. لا تتشاجر ردًّا علىٰ شجار. لا تقل شيئًا، تنفّس، وقم ببعض الإنصات المنعكس. في معظم الأحيان تكون أسئلتها وتعليقاتها وتحدياتها ليست كما تظْهَرنَ عليه. ما تتعامل أنت حقًّا معه هو السؤال الكامن المزمن: هل تحبني حقًّا؟!

لتطوير مهارات التواصل لديك، ستحتاج أن تنحّي جانبًا خيبة أملك بأن ابنك قد تبنىٰ هوية «مثلية» (إذا كان قد قام بهذا). من فضلك حاول أن تضع هذا في اعتبارك طوال الوقت: لا يستطيع الشخص ذو الميول المثلية أن يفرق بين هويته «كمثلي» وفقط كونه شخصًا. لا يفهم هؤلاء الأشخاص كون مثليتهم هي هي نتيجة إساءات واحتياجات غير مسددة للحب. في ذهنهم، هم «مثليون». وإذا لم تقبلهم «كمثلي» أو «مثلية»، ففي نظرهم أنت لا تحبهم. لا يُحتسب أن بإمكانك أن تحبهم هم لكن لا تحب مثليتهم.

خلال سعيك لتعميق الرابطة بينك وبين ابنك أو ابنتك، كن حذرًا ومستخيرًا عند اختيارك لكلماتك. للكلمات قوة كبيرة لدىٰ ذوي الميول المثلية، لأنهم بشكل عام حساسون جدًّا، ويجيدون قراءة ما بين السطور. خذ نفسًا عميقًا، فكّر أولًا، ثم فعِّل مهارات الإنصات المنعكس لديك. وإذا شعرت أنك تخسر أرضًا وأنك متجه نحو مشادة حامية، وحين يفشل كل شيء آخر، قم فقط بالإنصات وكن السيد أو السيدة أفم (أبق فمك مغلقًا)!

يجدر التذكير: الهدف الرئيس لهذا البرنامج العلاجي ليس هو إيقاف السلوك المثلي ولكن فهم كيف نمتْ تلك المشاعر في المقام الأول ولماذا. تذكر أن الانجذابات المثلية هي محاولة لتسديد احتياجات عاطفية واحتياجات في النمو. المفتاح للشفاء هو تخفيف قبضة المثلية علىٰ ابنك مع زيادة قدرته علىٰ أن يشارك مشاعره وأفكاره واحتياجاته بانفتاح.

الخطوة السادسة
ضع الأمور في نصابها الصحيح
بينك وبين ابنك مثلي الميول

في هذا الفصل سأقدم مقترحات عن الطريق إلىٰ مدخل مرحَّب به لقلب ونفس أحد أحبائك مثلي الميول. قد يبدو هذا مستحيلًا بالنسبة لك اليوم، لكن صدقني، ليس الأمر كذلك. بينما تقرأ قصص النجاح في هذا الفصل، ستكتشف أنه إذا ما ثابرت، فإنه بالإمكان بناء علاقة جديدة صحيحة مع ابنك.

بالطبع، سيكون الجدول الزمني لكل شخص أمرًا فريدًا؛ لأن الشفاء يعتمد علىٰ حساسية الطبع، حدة الجروح، ومقدار الوقت الذي تستطيع أنت والآخرون استثماره. ما تعجز عنه لا يخرج عن مقدور الله، لذا اترك الباقي له.

عبّر عن الندم

أعلم أنك بوصولك لهذه الفصل تكون قد كتبت جردًا بالأخطاء التي اقترفتها في الماضي بناءً علىٰ العوامل المسببة للمثلية. والآن من الممكن أن تستعد لتشارك الأشياء التي تندم عليها مع ابنك مثلي الميول. للمساعدة في هذا، من فضلك ارجع لقائمة الأمور التي كتبتها لتدريب الذنب في الخطوة الأولىٰ. اخلق وقتًا آمنًا ومقدسًا لتناقش مع ابنك أو ابنتك أخطاءك أنت ولتطلب المغفرة لكل حدث أو سلسلة من السلوكيات.

ماذا ستقول؟ كيف ستجد الكلمات؟ في الكثير من الأحيان يقلق الآباء بشأن متىٰ وكيف يمكنهم فتح الموضوع بشكل صحيح. بصدقٍ لا يوجد أسهل من نَصّ: «أنا آسف جدًّا بسبب ____ [ضع اسم السلوكيات المحددة أو الكلمات التي تشعر بالسوء حيالها]. أرجوك اغفر لي؟».

لا تندهش أو تثبط إن حاول ابنك أن يهوّن من جهودك الأولىٰ، كما لو أن الإساءة لم يكن لها أي تأثير علىٰ حياته. هذا دفاع طبيعي. قد يرد قائلًا: «نعم، أغفر لك»، أو «لا، لا أغفر لك»، أو «ما من مشكلة. كنتَ أبًا عظيمًا»، أو «لا تقلق بشأن هذا، بابا. هذا في الماضي».

أجب بسؤال مفتاحي: «كيف جَعَلتْك كلماتي أو أفعالي تشعر؟» قد تحتاج أن تكرر هذا السؤال مرات كثيرة خلال هذه العملية: «كيف جعلتك تشعر؟» استمر في تكرار هذا إلىٰ أن تحصل علىٰ إجابة أصيلة وجدانية. مثال رائع علىٰ

فعالية التكرار موجود في فيلم Good will hunting يقول المعالج لويل: «لم يكن الخطأ خطأك. لم يكن الخطأ خطأك. لم يكن الخطأ خطأك». أخيرًا، وبعد سماع هذه الكلمات، يفتح «ويل» قلبه وينوح.

بعدما يبدأ ابنكما في المشاركة، الزما الصمت مجددًا، واستمر في تكرار الكلمات السحرية: «أشكرك يا [اسم الابن]. أخبرني بالمزيد». لا تحاول -عند هذه النقطة- أن تشرح الظروف (عن سبب عدم تواجدك، ماذا كان يحدث في الأسرة في ذلك الوقت، كيف كنت تفكر وما إلىٰ ذلك)؛ ستظهر الشروحات وكأنها أعذار، وقد يؤدي تقديمها لأن ينغلق ابنك وجدانيًّا مرة أخرىٰ.

من فضلك تذكّر: إن المشاعر التي نكبتها لا تموت. الجنسية المثلية هي اضطراب نمائي وانفصالي. لم يرتبط ابنك بك بنجاح، لذلك فإن محاولاتك لعقلنة وتبرير ما حدث لن تغيره ولن تشفيه. أفضل ما يمكن فعله الآن هو أن تُنصت وتعتذر بقلبٍ مخلص. لاحقًا وبعد التعبير عن الكثير من المشاعر، قد يكون منفتحًا لسماع أفكارك عن الماضي. إذا لم يحدث هذا، إذًا، التزم الصمت!

بينما تقوم ابنتك بالمشاركة، قد تلومك علىٰ أشياء لم يكن لديك أي فكرة عنها علىٰ الإطلاق. ربما تظن أنت أن منظورها للأمور خاطئ بالكلية. لا تحاول أن تجادل فيما يُقال أو أن تدافع عن نفسك. دعها تشارك مشاعرها وأفكارها

بحُرية. فقط استمر في تكرار الكلمات السحرية: «أشكرك يا [اسم الابنة]. أخبريني بالمزيد». ثم أنصت مرة ثانية. وبينما تستمر هي في التواصل، كرّر عند الضرورة: «أشكرك يا [اسم الابنة]. أخبريني بالمزيد». سيسمح لها هذا أن تتواصل مع أفكار ومشاعر أعمق وأن تبدأ العملية الطبيعية للشفاء. فقط احتفظ بأفكارك ومشاعرك الخاصة بعيدة لكيلا تعطّل الطريق واسمح لابنتك أن تعبّر عن جرحها وألمها.

من المهم أن تقوم فقط بالاستماع وبأن تكون، كما تسميه د. أليس ميلر: «الشاهد المتراحم». ليست المشاعر سوىٰ مشاعر، لا تخضع للتصحيح أو التخطئة. إدراكات ابنك هي إدراكاته، والمفتاح إلىٰ الشفاء هو النوح. مرة أخرىٰ: «سنشفىٰ حين نشعر ونكون حقيقيين». لا نحتاج إلىٰ إجابات، ولا نحتاج لأحدهم ليُحسّن الأشياء أو ليقول لنا إن الأمر لم يقع كما نظن، أو من ناحية أخرىٰ يحاول إصلاحنا. فقط نحتاج لشخص ما ليكون معنا كشاهد متراحم بينما نوح علىٰ الخسارات في ماضينا.

خلال هذا العملية، حاولي أن تعدّي نفسك لتقبلي غضب ابنتك ذات الميول المثلية، وذكّري نفسك أن الغضب هو دفاع للجرح والألم. كلما كنتِ قادرة علىٰ الإنصات لغضب ابنتك والرد في حب، ستكون فرصها في الشفاء أعظم. وحتىٰ مع هذا، قد لا يحدث الشفاء مرة واحدة. قد يتطلب محاولاتٍ

عديدة. قد قيل مرات كثيرة إن عملية الشفاء تشبه تقشير بصلة: ينبغي أن تُنزع طبقة تلو الأخرىٰ علىٰ مدىٰ من الوقت.

كما قد رأينا، أولئك المتبنين لـ «هوية مثلية» يعتقدون في أغلب الأحيان أنهم قد ولدوا هكذا، لذلك قد يكونون غير قادرين علىٰ سماع اعتذاراتك أو محاولاتك لتحديد وتدارك ديناميّات الأسرة التي سببت مثليتهم. ولذلك قد يتضمّن الأمر محاولات عديدة وجهدًا كثيرًا من أجل الوصول بهم أخيرًا إلىٰ نقطة يكونون فيها مستعدين للتعبير عن أفكارهم ومشاعرهم الحقيقية بشأن الماضي.

يضعنا ذلك أمام نقطة هامة: رجاءً، لا تعتذر في سياق شفاء المثلية. اجعل إشاراتك الاعتذارية مستقلة عن موضوع المثلية. أنت ببساطة والد تتحمل مسئوليتك بشأن أخطاء الماضي، ترتب علىٰ ذلك شفاء ابنك أم لا. ليكن هذا هو بؤرة التركيز الوحيدة لهذا العمل من الاتضاع والمصالحة.

الترابط والحدود

إنهما أول مرحلتين في الحياة، واللتان تحدثان خلال الثلاثة الأعوام الأولىٰ للطفل، ويخلقان القالب لكل العلاقات المستقبلية. لنلقِ نظرة علىٰ هاتين المرحلتين.

المرحلة الأولىٰ: تعد مرحلة الترابط هي المرحلة الأولىٰ من تصور الجنين إلىٰ نحو العام أو العام ونصف العام. وتكون الأهم هي أهم شخصية في هذه

المرحلة. إذ يكون هناك وصلة تكافلية بين الأم والطفل، ويكون الطفل معتمدًا بشكل كامل عليها من أجل كل وظائف الحياة. وحتىٰ عندما يكون الأب مشاركًا في العناية بالطفل خلال المرحلة الأولىٰ، فإن ترابط الأم بالطفل هو ما يؤسس تعلُّقًا آمنًا Secure attachment.

إذا اختبر الأطفال تعلقًا آمنًا في المرحلة الأولىٰ، سيشعرون بأنهم موصولون، آمنون، محبوبون، مفهومون، ومعتنىٰ بهم. سيكون توجههم هو: «أنا قادر علىٰ مشاركة مشاعري وأفكاري ورغباتي. أعلم أن الناس سيكونون متاحين -إن احتجتهم- لتسديد احتياجاتي». علىٰ الجانب الآخر، حين تكون احتياجات الأطفال غير مسددة -كما لاحظ الباحث الشهير جون بولبي- ينتقل هؤلاء الأطفال من الاحتجاج (البكاء لجذب الانتباه)، إلىٰ اليأس (حين لا يأتي أحد لإطعامهم، أو لتغيير حفاضاتهم أو لحملهم)، إلىٰ الانفصال (لا يمكنني أن أثق في أي أحد لتسديد احتياجاتي، لذا فقط سأخرس أو أتظاهر بالجاذبية واللطف أو أنفجر في نوبات من الصراخ). يضع هذا الأساس لأمور التعلّق المستقبلية.

المرحلة الثانية: في المرحلة الثانية، والتي تبدأ من عام ونصف العام إلىٰ سن الثلاثة أعوام، يبدأ الطفل في الحبو والمشي، ثم يتكلم - نموذج الأطفال الرائعين في الثانية من عمرهم! وهنا يتعلم الأطفال حدودًا ملائمة بينما يحصلون علىٰ التشجيع علىٰ الابتعاد واستكشاف هويتهم الخاصة. ندعو هذه المرحلة وقت

الانفصال والتمايز والتفرد. فهم يتعلمون أن يقولوا، وبكلمات كثيرة جدًّا، «أنا لستُ أنتَ». وهذا هو السبب الأساسي لكون الكلمة الأهم خلال الفترة النمو هذه هي. «لا!» معناها «أنا أريد أن أستكشف أشياء لنفسي». الأطفال في هذه السن يؤسسون أنفسهم ككيانات مختلفة بشكل متميز عن ماما وبابا.

إذا تلقىٰ الأطفال تشجيعًا لذهابهم بعيدًا واستكشافهم، وفي نفس الوقت تعلموا أن يتلقوا حدودًا صحية وحدودًا مناسبة فلا يتعرضون للأذىٰ، سيشعرون بالتشجيع وسيتعلمون فن التنظيم الذاتي. حين تكتمل المرحلة الثانية بنجاح، سيشعر الطفل أنه قوي، مقدّر، كفؤ وذو قيمة.

في حال الكثير من الرجال ذوي الميول المثلية، كانوا «أولادًا طيبين»، أكثر لطفًا وإذعانًا من الذكور النمطيين. لم يسببوا لأمهاتهم -بشكل خاص- أي مشاكل. لكن هذا ليس صحيًّا، لأن الأولاد بالطبيعة أكثر عدوانية من البنات ولذلك في أحيان كثيرة يتسببون بالمشاكل. انتبه للولد الصغير الطيب الذي يشعر بمشاعرك ويحاول أن يرضيك، بدلًا من أن يكون علىٰ فطرته، ويستكشف ذكوريته الخاصة. إذا رأيت هذا يحدث في ابنك أو حفيدك، شجعه علىٰ أن يعبّر عن مشاعره وألا يكون المسؤول عن الاهتمام بالوالد[1]. بعض البنات من الممكن

(١) اقرأ جوزيف وليندا إيمس نيكولوسي؛ دليل الآباء لوقاية الأبناء. :.Downers Grove, Ill) Intervarsity Press, 2002)، للمزيد من التفصيلات.

أن يكونوا أكثر عدوانية، صاخبات، وقويات. إذا ما تلقين التوكيد من بابا وماما، ستُزهِر غيريتُهن. أما إذا ما تعرضن للانتقاد أو الرفض، فمن الممكن أن يهدد هذا إحساسهن بالهوية النوعية.

من المهم جدًّا لبابا أن يكون متداخلًا في المرحلة الثانية من حياة ابنه. ستستمر البنت في التماهي والتوحد النوعي مع ماما. «نحن كلانا بنتان. أنا مثلُكِ. أنتِ مثلي». لكن سريعًا ما يكتشف الابن أنه وماما ليسا متشابهين. «أنت مختلفة عني. أنا مختلف عنك». ينبغي حينها للأب، أو لنموذج القدوة الذكر، أن يحضره إلىٰ عالم المُذكّر. فيرىٰ حينها، «أنا مثلك يا بابا. نحن متشابهان». إن لم يكن الأب متاحًا، سواءً جسديًّا أو وجدانيًّا، سيفقد الابن هذه المرحلة الهامة في تحديد هوية النوع. فقدان هذه المرحلة النمائية من تحديد هوية النوع يضع الأساس للانجذاب المثلي المستقبلي في الأولاد.

تحتاج البنات للتعلق الآمن مع أمهاتهن خلال هذا المرحلة. إذا كانت الابنة أكثر عدوانية عن أمها، أو كانت طبيعتها عكس طبيعة أمها، فمن الممكن أن يخلق هذا حاجزًا للترابط. إذا انسحبت الابنة، من الممكن أن يعطل هذا أيضًا ارتباطًا صحيًّا بين الأم والابنة. تحتاج الأم إلىٰ الانضمام إلىٰ عالم ابنتها، وبالتالي تأسيس تحالف نسائي صحي. وتحتاج البنت لأن ترىٰ أمها كنموذج آمن وصحي للأنوثة. فتريد عندئذٍ أن تنمو لتكون مثلها.

لقد رأينا كيف نمت مثلية بوني وآدريان. تبدأ المثلية مبكرًا جدًّا. وهذا يفسر لماذا يقول الكثيرون: «لقد اختبرت المثلية منذ أن كنتُ طفلًا». وقع الجرح الأساسي علىٰ الأرجح في المراحل المبكرة من نموهم.

من المؤلم تعرية وفحص الجروح القديمة. بينما تسعىٰ للترابط مع ابنك، قد تجدك تبكي معه. تأكّد أنك حينما تُظهِر مشاعرك، فعلىٰ الأرجح سيظهر ابنك مشاعره، لأن ذوي الميول المثلية هم أطفال حساسون. وفي عملية الشفاء، سيعمل هذا في صالحك. يتواصل الأطفال الحساسون مع مشاعرهم بسهولة أكثر من الأطفال الآخرين، ولكن ولأن هؤلاء الأطفال ليسوا مرتبطين بطريقة آمنة، ركّز علىٰ تأسيس تحالف من الحميمية والمشاركة قبل أن تؤسس قواعدًا وحدودًا كثيرة جدًّا. ورجاءً تذكر: مد الجسور قبل بناء البوابات.

علىٰ الجانب الآخر، قد تحتاج ابنتك لحدود حازمة وانضباط إذا كانت عنيدة وخارجة عن السيطرة. وإن سألتني عن علة تأسيس حدود في عمرٍ متقدمٍ هكذا؟ فذلك لأجل ألا تستغلك ابنتك أو تستغل الآخرين. علاوة علىٰ ذلك، سيساعدها هذا علىٰ تعلم المهارات الضرورية من التنظيم الذاتي، وألا تدخل في نوبات الغضب أو تحاول التلاعب بك أو بأناسٍ آخرين. أنت بحاجة لأن تحافظ علىٰ وضعك كوالد، وألا تتنحىٰ عن هذا الوضع له أو لها. إذا سمحت لها أن تفعل ما يحلو لها عندما تتصرف بطفولية، فهذا ليس بحب، بل وصفة للفشل.

لكن، إذا كان الابن مسايرًا ومنضبطًا، «الطفل الطيب»، ركّز علىٰ الترابط. ستحتاج أن تجرّب. فليس هناك قواعد سريعة وسليمة ملائمة لكل الأبناء في كل المواقف. سيعتمد الأمر كثيرًا علىٰ السن، والطبع، والمزاج، والشخصية، واحتياجات الابن.

المشاعر الأوليّة هي: الحب والغضب والخوف والحزن. يُستخدم الغضب ليحمي القلب الجريح؛ لذا حين يغضب ابنك خلال عملية الشفاء، فهذا جيد. اقبل غضبه، مذكرًا نفسك أن تحت كل غضب هناك طفل جريح ومتألم. إذا كنت تخشىٰ الغضب، سيكون هذا صعبًا عليك. لكن، إذا استطعت أن تهدّئ نفسك وتنصت ببساطة وتعطيه وقتًا، سينتقل مارًّا من الغضب إلىٰ الألم. مرةً ثانية، استخدم الكلمات السحرية: «أشكرك يا [اسم الابن]. من فضلك أخبرني بالمزيد».

انضم لابنتك في مشاعرها ولا تقاوم. أعد صياغة ما قد قامت بمشاركته. أنصت بقلبك لا بأذنيك. لا تنفجر أو تحاول تصحيح المفاهيم الخاطئة لابنتك. تذكّر، هذا الأمر يتعلق بابنتك لا بك. أيًّا كان عمر ابنتك، ستعتبركما دائمًا بابا وماما وستحتاج دومًا لحبكما. قُل، «أنا أحبكِ، وسيكون هذا البيت دائمًا مكانًا آمنًا لكِ». في النهاية، بمجرد أن تُفرج عن ألمها، ستكون منفتحة لاستقبال حبكما.

اسأل عن تاريخ ابنك مع المثلية

بينما تعمل جاهدًا للترابط مع ابنك، من المهم أن تستكشف مثليته. لكن كيف تتعاطىٰ مع هذا الأمر؟ ها هي أربعة أسئلة أقترح أن يسألها الوالد من نفس الجنس للابن/ للابنة ذوي الميول المثلية. من الممكن أن يكون كلا الوالدان حاضرين لهذه المناقشات. لكن يجب أن يكون الوالد من نفس الجنس هو من يقود.

١- متىٰ بدأت في اختبار الانجذابات لنفس الجنس؟

٢- هل جعل هذا الحياة صعبة بالنسبة لك؟ هل تمت السخرية منك في المدرسة، الكنيسة، أو المسجد؟

٣- ما هو نوع الرجال/النساء الذين تنجذب إليهم (السن، نمط الجسد، الشخصية والسمات الأخرىٰ)؟

٤- ماذا تود مني/ منّا؟

استخدم مهارات الاستماع الفعّال حين يجيب ابنك علىٰ هذا الأسئلة. لا تقاطع، أو تعلّق، أو تصحح. مرة أخرىٰ، تكلم بتلك الكلمات السحرية: «أشكرك. أخبرني بالمزيد». تعلّم عن رحلة ابنك. وبعدما يكون قد انتهىٰ من المشاركة، يأتي دورك للتبادل. الأهم لك أن تعبّر عن مشاعرك بشأن رحلته الوحيدة والمؤلمة، كيف أن الأمر يجعلك تشعر بالحزن من أنك لم تكن تعلم

أبدًا ما كان يمر به. «أنا آسف جدًّا علىٰ كل الألم والوحدة التي اختبرتَها. ينكسر قلبي لك. من فضلك اشعر بحرية أن تنفتح وتشارك. أريد أن أعرفَك كلَّك».

من المهم فهم نمط الشخص الذي تنجذب إليه ابنتك، لأن هذا سيخبرك بالكثير عن مثليتها. علىٰ سبيل المثال، إذا كانت ابنتك تنجذب للسيدات الأكبر، فهي علىٰ الأرجح لديها جرح مثلي -وجداني وهي تبحث عن حب أم بين أذرع سيداتٍ أكبر سنًّا. إذا كانت تنجذب لأشخاص من نفس سنها، قد يكون عندها جرح مثلي - اجتماعي، وفي هذه الحالة هي تبحث عن القبول من قريناتها من نفس الجنس. ينجذب الرجال ذوو المثلية أيضًا لذكور أكبر، من نفس العمر، أو أصغر. ويمثّل هذا جرحًا مثليًّا -وجدانيًّا أو جرحًا مثليًّا- اجتماعيًّا أو كليهما أيضًا. من الممكن أن يكونلدىٰ الرجال والنساء مثليو الميول أيضًا ما تسميه الكاتبة والمعالجة ليان بين «التلاحم القهري Cannibal compulsion»، لأنهم يسعون لامتصاص ما ينقصهم في داخلهم من شخص آخر. تكتب بين مشيرةً إلىٰ واحدٍ من عملائها: «كان ينظر إلىٰ الشباب الآخرين مُعجبًا بجزء مفقود منه، جزء لم يكن بمقدوره أن يدركه في نفسه ويقبله»[١].

وبشكل عام، فالعديد من الأبناء ذوي الميول المثلية لم يختبروا أن يتم تشجيعهم من قِبل آبائهم وأقرانهم من نفس الجنس، لذا فشلوا في استدماج شعورًا

---

(١) لِيان بِين، شفاء المثلي (Westchester, Ill.: Crossway, 1985).

قويًا بهويتهم النوعية. ويصح نفس الأمر للبنت ذات الميل المثلي مع أمها وقريناتها من نفس الجنس. الآن، هؤلاء الناس، كمراهقين أو بالغين، يبحثون عن هذا القبول بين أذرع شخص آخر. قد تظن أن ابنك يبدو قويًّا وذكوريًّا، فلماذا سيبحث عن هذا في شخص آخر، خاصة في رجل يبدو مشابهًا له؟ والسبب هو أنه غير مختبر لقوة هويته النوعية الخاصة به وبدلًا من ذلك يسعىٰ لهذا التأييد والتشجيع عن طريق الالتحام برجلٍ آخر. تذكر، إنه تشوّش للهوية النوعية. قد يكون قد انفصل عن بابا وأقرانه، فلم يتخذ أبدًا إحساسه هو بكونه ولدًا مناسبًا ومتكيفًا مع الشباب الآخرين ولم يستدمج إحساسه الذاتي بكونه ولدًا منتميًا للأولاد. والآن هو ساعٍ لإحساس الذكورة المفقود هذا من خلال رجال آخرين بعد البلوغ، أصبحت تلك الاحتياجات الأساسية للحب مجنسنة.

إذا كان ينجذب للمراهقين أو الأولاد، فهو علىٰ الأرجح يحاول أن يشفي جروحًا حدثت في هذا العمر. قدمتُ المشورة مرة لرجل شرطة وكان قويًّا، وسيمًا، مثقفًا - حلم كل امرأة. كان، مع ذلك، ينجذب للأولاد الذين في سن الثالثة عشر، بسبب أن هذا هو الوقت الذي وقع فيه جرحه الأساسي. هو مسحوب بطريقة لا واعية للأولاد الصغار محاولًا أن يشفي أمورًا معلقة من هذه الفترة في حياته. وبالطبع لا يُجدي ذلك.

العديد من المراهقين ممن قدمتُ لهم المشورة كانت لهم خيالات عن ممارسة الجنس مع رجال محبين أقوياء أشداء. كان آباؤهم محبين جدًّا، لكن لم

يكونوا حازمين. كان الأبناء يريدون من آباءهم أن يكونوا أكثر قوة، «ممتلكين لزمام الأمور» بشكل أكبر في الأسرة. كانوا توّاقين لنموذج أبوي قوي، وهذا التوق أصبح مجنسنًا خلال المراهقة.

ينجذب بعض الرجال لذكور مخنثين، كما أن بعض النساء ينجذبن لإناث مسترجلات. وقد يدل هذا علىٰ جرح من الجنس الآخر: رجال يخشون الحميمية مع النساء، ونساء تخشىٰ الحميمية مع الرجال. يسعون للملاذ بين أذرع شخص من نفس النوع لا يحمل أي تهديد. في نفس الوقت، يكون المخنثون والمسترجلات منفصلين نوعيًا عن نوعهم هم، ويسعون لتحقيق ما لم ينمو أبدًا عن طريق الانضمام مع شخص آخر يُجسِّد رمز الذكر القوي أو الأنثىٰ الصحية. في أعماقهم، يتوقون لأن يصبحوا ذلك الذي هم منجذبون إليه.

بمعرفة نمط الشخص الذي تنجذب إليه ابنتك، يمكن أن تبدأ في فهم وتحديد جروحها، وخطوة بخطوة يمكنك أن تساعد في تسديد احتياجاتها. مرة أخرىٰ، توقّع الرفض. هذه معركة للحب. فهي مصابة، مجروحة، وغاضبة. يجب أن تفوز بعودتها. سيكون الأمر إما أنت أو رفيقتها. سيدوم حبك. أما عن حب الرفيق، فبحسب الإحصاءات عن العلاقات المثلية، فهو لن يدوم[١].

---

(١) بحسب دراسة في ديفيد ماكويرتر وآندرو ماتيسون (Prentice- Hall, 1984). لـ ١٥٦ علاقة ذكور طرفاها من نفس الجنس استمرت من عام إلىٰ سبع وثلاثين سنة. بقي فقط ٧ ثنائيات (٥ بالمائة) معًا لمدة أقل =

اسأل ابنك ما نوع الدعم المنتظر منك ليكون الأكثر نفعًا. إذا كان قد تبنىٰ هوية «مثلية»، سيطلب موافقتك عليها. من المهم أن تعلن، «أنا أحبك وأقبلك كما أنت». يمكنك أن تستخدم هذه الكلمات بالنص. ولا يعني ذلك أنك تقبل مثليته، بل يعني أنك تقبله -هو- قبولًا غير مشروط. تغيره ليس ضروريًّا لك لتحبه وتقبله. تذكر أن الحب هو الدواء الذي يشفي كل ألم. وأيًّا ما كانت معتقداته، فهناك تحت السطح قلبٌ جريح محتاج للقبول والحب. ركّز علىٰ القلب، وسيأتي الذهن وراءه.

سدِّد احتياجات الحب غير المسددة

بدون حبك وقبولك، يصبح مجتمع المثلية هو الملاذ الوحيد لابنك حيث يشعر بأنه محبوب ومفهوم. ولهذا فمن المهم جدًّا لك أن تخلق بيئة من القبول في بيتك ومجتمعك الروحي. قد لا تستطيع تقمص حالته، لكنك بالتأكيد تستطيع التفهم. اعتذر علىٰ عدم كونك متاحًا حين كان الاحتياج إليك أكثر من أي وقت آخر. أنصت. قدم وعدًا بأنك ستكون متاحًا من الآن فصاعدًا - لكن فقط إذا

= من خمس سنوات واحتفظوا بإخلاص جنسي. الـ ٩٥ بالمائة من الثنائيات كانوا جميعًا يمارسون الجنس خارج العلاقة، مما قد يعني ١٠٠ بالمائة من الخيانة الجنسية بعد البقاء معًا خمس سنين أو أكثر.

كنت تنتوي أن تأخذ هذا العهد محمل الجد. تجنب تقديم الوعود الزائفة. ستكسر قلب ابنك مرة ثانية إذا فعلت هذا. تذكر، هؤلاء هم في الغالب أناس مفرطو الحساسية - وهو أحد أسباب نشوء مثليتهم. وكما قد رصد د. چيفري ساتينوفر، من الممكن أن يكونوا أكثر عرضة للقلق بسبب هذه الحساسية المفرطة[١].

في أحيان كثيرة جدًّا تكون شخصيات الآباء والأبناء (وأيضًا الأمهات والبنات) غير متوافقة. في كثير من الأحيان نرىٰ ابنًا حسّاسًا وأبًا عدوانيًّا أو غير متاح وجدانّيًا. يشبه الأمر وتدًا دائريًّا داخل ثقب مربع، غير متوافقين ولا يستطيعان فهم أحدهما الآخر. قدمتُ مشورة لأسرة كان فيها الابن مهتمًّا بالفن والأدب في منصب لخدمة عامة وكان مولعًا بالرياضات. كان الابن قادرًا علىٰ مشاركة أفكاره ومشاعره بسهولة مع أمه، كما كان يفعل أغلب حياته. كانت تفهمه بشكل كامل. ولكن لم يكن هناك تواصل بين الابن وأبيه. لم يكن هناك ترابط بين الابن وأقرانه من نفس الجنس. في الواقع، كان يتلقىٰ المضايقات والسخرية لأغلب حياته لكونه مهتمًّا بالفن. كان يشعر بالارتياح أكثر مع أمه والبنات الأخريات في المدرسة. كان هذا غير صحي من أجل نمو ذكوري مناسب، وكان سيناريو مثاليًّا لنمو الانجذابات المثلية.

---

(١) جيفري ساتينوفر، المثلية وتسييس الحقيقة (Grand Rapids: Baker Books, 1996).

ابنك ليس مسؤولًا عن سعادتك

أحد الديناميات الأخرىٰ غير الصحية هي أن تشعر ابنتك مثلية الميول بأنها مسؤولة عن سعادتك. قد تكون قد رأت أو وعت أو اختبرت ألمك وهي تنمو. هؤلاء الأطفال الحساسون يتفاعلون بإفراط مع المحيط، معتقدين أنها مسؤوليتهم أن يجعلوا كل الأمور علىٰ ما يرام بالنسبة لك. ويصبح ذلك نمطًا حياتيًا من محاولات الإرضاء طيلة العمر. قد تكون -أو لا تكون- واعيًا بهذا في ابنتك. لذلك سيكون من المهم جدًّا أن تسأل: «هل تشعرين بأنك مسئولة عن سعادتي؟» «هل تعتقدين أنه لزام عليك أن تعتني بي؟» أنصت بعناية للإجابة. إذا قالت «نعم» بأي طريقة، أعلن صراحة: «ليس مسؤوليتك أن تعتني بي».

بعد تعليم هذا الدرس في واحد من فصولي الدراسية عن بُعد للوالدين، ذهبت أم لابنها البالغ من العمر خمسة وشعرين عامًا وسألته هذا السؤال، وتلقتْ منه نَعَمًا قاطعة. بعدها أخبرته: «لستَ مسؤولًا عن سعادتي. أستطيع أن أعتني بنفسي، وبابا سيعتني بي أيضًا».

صُدم الابن: «حقًّا؟ هل تعنين ذلك؟ أريدك أن تكتبي هذا وتُوقّعي عليه!»

في الحقيقة، فعلَتْ أفضل من هذا. صمَّمَتْ شهادة تعلن أن ابنها لم يعد مسؤولًا عن سعادتها من هذا التاريخ فصاعدًا. وقّعت، وكتبت التاريخ، وقامت بتغليف الشهادة. كان سعيدًا للغاية لدرجة أنه وضعها داخل إطار وعلّقها علىٰ

حائطه! كرر آباء آخرون كلمات التحرير هذه علىٰ مسامع أبنائهم ذوي الميول المثلية، وحصدوا نتائجًا إيجابية مشابهة.

ماذا تتوقع بينما يُشفىٰ ابنك وينمو

سألني العديد من الوالدين أن أشرح ما يمر به ابنهم في رحلته لشفاء المثلية غير المرغوبة؛ فبعض طلبات أو سلوكيات أبنائهم كانت مُحبطة لبابا وماما. ها هي أطوار محتملة قد يمر بها ابنك خلال العلاج أو ببساطة بينما يعيد المرور في مراحل النمو والتطور للطفولة، والمراهقة، والرشد. لا يمر الناس في هذه الأطوار بالضبط في هذا الترتيب لكنهم يختبرون المراحل التالية بينما يسعون لتحقيق مهام نمائية محددة. سيقوم ابنك بالآتي . . .

١- وضع حدودٍ جديدة معك: علىٰ الأرجح لن يريدك أن تعرف بأشياء كثيرة يمر بها. بانفصاله أخيرًا وتمايزه عنك، ربما ولأول مرة، يقوم بإعادة المرور في المرحلة الثانية من الحياة (من ناحية النمو، سن عام ونصف العام إلىٰ ثلاثة أعوام)، متعلمًا أن يقف علىٰ قدميه، متمايزًا عنك. علىٰ الأرجح سيطلب «مساحة»، غير راغب في مشاركة الكثير حتىٰ يمكنه اختبار أفكار ومشاعر مستقلة عنك[١].

---

(١) انتبه للمراهقين الذين انفصلوا وجدانيًّا عن والديهم معظم حياتهم. في هذه الحالة، سيحتاجون أن يختبروا ترابطًا صحيًّا مع الاثنين بابا وماما.

٢- وضع قواعدٍ جديدة للعلاقة: يحتاج ابنك مثلي الميول لأن يعرف أنه من الآمن أن يعبّر عن احتياجاته وأنه سيُحترم، ولن يُعامَل كطفلٍ أو يُعاقَب. فهو يتعلم كيف يصبح أكثر تناغمًا واتصالًا بالمشاعر وكيف يعبّر عن تلك المشاعر والأفكار كراشدٍ مسؤول.

٣- طلب القبول لذاته كابنك بكل ما يمثله في اللحظة الحاضرة: يحتاج أن يعرف أنك تحبه وأنه لا يحتياج أن «يتغيّر» ليكون مقبولًا في عينيك، يحتاج لأن تنصت إليه دون أحكام. قد لا تتفق مع الكثير من اختياراته، لكن هذه الاختيارات هي اختيارات ابنك، وكل الناس يحتاجون أن يتعلموا دروس الحياة بمفردهم. ثم سيأتي للقوة الشخصية، واقفًا كبالغ أكثر نضجًا. وخلال هذا الطور قد ينفعل بطرق تظن أنت أنه لا داعي لها، أو يصاحب أناس ترىٰ لهم أنت تأثيرات غير مناسبة. مع ذلك، يحتاج أن يجتاز ذلك بطريقته هو. من يخوضون العلاج ليُشفوا من المثلية غير المرغوبة يحيطون أنفسهم في الكثير من الأحيان بأصدقاء أصحاء من نفس الجنس.

٤- وفي النهاية سيشملك في عملية شفاءه، كي يحل علائق الماضي: أو يمكنك أنت أن تضم ابنك لعملية شفاءك أنت، داعيًا إياه ليحضر جلسات شفاء للأسرة أو ندوات شفاء. وبعد أن تجتاز اختبار الأطوار السابقة (الاستماع دون أحكام، السماح بصنع القرارات ذاتيًا، الموافقة علىٰ الاستقلال المُكتشف حديثًا) سيبدأ حينها في الشعور بارتياح أكثر في التواصل بشأن أمور من الماضي.

٥- البدء في مشاركتك عن الجروح القديمة والأذىٰ العميق، بل ربما عاتبك علىٰ أشياء لم يخطر ببالك أنه فكر بها أو اختبرها: الآن جاء دور العمل، استمر علىٰ ما كنت تفعِّل -طوال الأطوار السابقة- من مهارات الإنصات الجيد التي قد تعلمتها. كلما ناح ابنك، كلما أصبح أكثر صحة، وقل احتياجه للمثلية والسلوكيات المتعلقة بها.

٦- تطوير علاقات صحية مع والده وإخوته وأقرباءه وأقرانه من نفس الجنس: بينما يختبر ابنك الترابط الصحي مع نفس الجنس، سيبدأ في إضفاء الصبغة الذاتية والداخلية علىٰ إحساس قوي بهويته النوعية الخاصة به. وكثيرًا ما تظهر حينها رغبات نحو الجنس الآخر.

بينما يعمل ابنك من خلال هذه الأطوار من الشفاء والنمو، قد تشعر مراتٍ بالجرح والتشوش. من فضلك اعلم أن هذا هو موسم جديد في حياتك وحياة ابنك أيضًا. كن صبورًا، رجاءً. خلال أوقات كهذه، سيتعلم مثليي الميول الكثير عن أنفسهم، متعلمين أن يُحددوا الأفكار والمشاعر والاحتياجات. ينبغي لابنك أن يعمل من خلال هذه المراحل النمائية، أحيانًا كثيرة باستقلالٍ عنك، من أجل أن يطالب بهويته النوعية الخاصة به ويمتلكها

.

قم بتسجيل التوكيدات لابنك

في مراتٍ كثيرة لم يسمع أبناؤنا كلمات تشجيع كافية بينما هم يكبرون. وهم يحملون جروحًا نفسية عميقة في قلوبهم - رسائل نقد وإدانة. ولهذا السبب، إذا كنت الوالد من نفس الجنس، من الممكن أن تفكّر في تسجيل شريط أو أسطوانة مدمجة توكيدية لابنك ذي الميول المثلية، للمساعدة في شفاء إحساسه المتدني بقيمة الذات.

ماما، سجّلي تسجيلًا توكيديًا لابنتك. بابا، سجّل تسجيلًا توكيديًا لابنك، وها هي خمسة مقترحات لما يمكن أن يتضمنه التسجيل. بعدها توجد نماذج من توكيدات كُتبت من بعض عملائي، الذين سألتهم أن يصنعوا قائمة من الأشياء التي يتمنون لو أن والديهم أو أصدقائهم كانوا قد قالوها أو فعلوها بينما كانوا يكبرون. ستعطيك القائمتان مفاتيح بشأن ما يحتاجه ابنك. أو ربما ترغب في أن تسأله ماذا يريدك أن تشارك به علىٰ الشريط أو الاسطوانة المدمجة.

* تكلم عن كينونته، من هو كرجل. «أنت ابني الغالي. أنا فخور بيك. أنا مصدق ومؤمن بيك. أنا معجب اوي بقوة شخصيتك. أنت قوي وشديد. أنا أحبك اوي زي ما أنت. بحبك».

* تكلم عن جوانب من سلوكها، أشياء أنت معجب بها وتريد أن تشجعها. «أنا شايف إنكِ متحدثة عظيمة. ومصدق إنك تقدري تتحققي أي شيء تحطي

تركيزك فيه. بتخليني أبتسم بقصصك ونكتك اللي بتضحك. أنت رياضية ومغنية رائعة». استخدم صفات كثيرة لتصف ابنتك. كلما كانت لغتك أقوىٰ وقابلة للتصديق، سيكون التأثير أعمق علىٰ نفسيتها.

❊ امتدح بأمانة وصدق رجولته أو أنوثتها. «أنت رجل جذاب جدًا». «أنت ذكوري وقوي جدًّا». «أنا فخور لانك ابني». «أنا شايف قوتك الداخلية وقد ايه هي رائعة». استخدم ميزات محددة للرجولة أو الأنوثة تنطبق علىٰ ابنك أو ابنتك.

❊ انطق بكلمات لمباركة لحياتها. «أمنيتي ليكِ هي إنك تحققي هدف حياتك، إنك تحققي قدرك، وتعيشي كماله، أنتِ مختارة من ربنا. وأنا عارفة أنه بيحرسكِ دايمًا. بصلي وبدعيلك تختبري حب ربنا وحبنا في كل لحظة من حياتك. هكون دايمًا متاحةً ليكِ، مهما كان. بدعيلك بالبركة». استخدم هذه الكلمات السحرية أيضًا: «أنا مؤمن بك». قُلها مرارًا وتكرارًا في التسجيل وفي حياتك اليومية.

❊ استخدم موسيقا جميلة في الخلفية. سيساعد هذا أن تذهب الرسالة للأجزاء الأعمق في العقل الواعي لابنك وعقله اللاواعي أيضًا.

من الممكن أن يكون التسجيل لمدة خمس دقائق أو أطول. وليس الطول هو المهم، بل الحب وراء الرسالة الذي سيصل إلىٰ قلب ابنك ونفسه. دعه يشعر

بحبك من خلال كلماتك المنطوقة. قد ترغب في أن تسجّل شريطًا أو اسطوانة مدمجة لكل واحد من أبنائك حتىٰ لا يشعر ابنك ذو الميول المثلية بأنه خلاف البقية. من الممكن أن تقدم التسجيل كهدية لحدث خاص أو مناسبة. سجل بعض الآباء اسطوانة مدمجة لكل واحد من أبنائهم وقدموها لهم كهدية لعيد الميلاد. الهدف هو غرس إحساس عميق من الانتماء والتواصل بينك وبين ابنك. ستكون هدية يعتز بها ابنك.

وليد: أشياء إيجابية أتمنىٰ لو كان أبي قد قالها:

* بحبك، يا بني.	* نفسي أقضي وقت معاك.
* أنا فخور إني أبوك.	* وليد، أنا مقدر قيمتك.
* وليد، أنت طويل وجذاب.	* أنت مهم جدًّا ليا.
* بحبك، يا بني، وبدعيلك بالبركة.	* أنت موهوب جدًّا، يا بني.
* أنت قوي، شجاع، وجسور.	* وليد، أنت تستحق تتحَب.
* أنت تتخطىٰ توقعاتي ليك.	

وليد: أشياء إيجابية أتمنىٰ لو أن أقراني كانوا قالوها وفعلوها:

❊ وليد، احنا اصحابك وأنت غالي علينا.	❊ أنت قوي وجذاب.
❊ احنا قابلينك.	❊ بنبصلك باحترام.
❊ نفسنا نخرج معاك.	❊ أنت تستحق الأفضل.
❊ بنستمتع بوجودك معانا.	❊ احنا مقدرين قيمتك
❊ لو اخترت هختارك أول واحد في فريقي.	❊ بنحبك، يا وليد.
❊ حابب أكون صاحب مقرب ليك.	

التشجيعات المرغوبة لفريد من أبيه:

❊ بحبك، يا فريد.	❊ أنا محترم اللي أنت عليه.
❊ أنا فخور أنك ابني.	❊ أنا بهتم باللي بتفكر وتحس به.
❊ فريد، أنت مهم جدًّا لي.	❊ نفسي أقضي وقت معاك.
❊ أنت رجل زيي أنا بالظبط.	❊ نفسي أحضنك.
❊ أنت حتة مني.	❊ أنا فخور بك.
❊ أنت فريد يا فريد، وأنا أحبك.	❊ بص يا فريد، هي دي الطريقة اللي بيمشي بيها الرجال.
❊ يا فريد، نفسي توصل لأفضل حاجة في الحياة.	❊ أنا معاك طول الطريق يا فريد.

التشجيعات المرغوبة لفريد من أصدقائه:

* أنت معانا يا فريد.	* أنت وجودك فارق.
* أنت واحد مننا.	* أنت شجاع.
* أنت شبابي وعصريّ.	* احنا بنحتاجك.
* احنا متاحين ليك يا عمنا.	

كمال: أشياء أتمنىٰ لو أن أبي كان قد قالها لي:

* الفرحة مكنتش سايعاني لما عرفت إن ربنا اداني ابن تالت عشان أتمتع وأعتز بيه أكتر مما استمتع أي رجل تاني. مين عنده ابن زيك؟

* أنا فخور بيك جدًّا، أنت الشاب الفريد والموهوب.

* جسمك ذكوري، ووشك ذكوري. طريقة تعاملاتك ذكورية. صوتك ذكوري. أنت طويل وجذاب، زي كل رجالة عيلتنا.

* أنا قابل إن إبداعك وحساسيتك هي صفات رجولية اداهالك ربنا. وعلىٰ الرغم من أني مكنش بيتسمح لي ولا حد شجعني إني أعبر عن مشاعري وانا بكبر، لكن أنا مدرك أنك ضروري تعمل ده عشان تكون حقيقي مع نفسك. أنا معجب بالمستوىٰ الذي بتحس بيه بالحاجات وبالطريقة اللي بتعبر بيها عن ده.

بستمتع جدًّا لما بتشارك من قلبك. هي دي الطريقة اللي ممكن بيها أعرف أكتر عنك!

* أنت قوي، وشديد، ورجولي، زيي أنا. أنت قيادي بالفطرة.

* أنت عند حسن توقعاتي لك بكل صورة ممكنة. أنت ذكي، وفنان، ورياضي، وعميق التفكير.

* هقضي الوقت اللازم عشان أعلمك ازاي تعيش في عالم الرجالة. وده يشمل الرياضات، والتجارة، وازاي تتعامل مع الستات.

* أنت راجل من ضهر رجالة، ومكانك مناسب وسطنا.

* أنت دايمًا في قلبي.

* أنت ذكوري ورياضي.

* هقضي وقت كتير عشان أعرفك أكتر وأتواصل معاك بالطريقة اللي محتاجها. تقدر تثق فيا إني هكون جنبك.

كمال: أشياء أتمنىٰ لو أن أقراني كانوا قالوها لي:

* أنت حابب تيجي بيتي ونلعب؟ تقدر تيجي لحفة عيد ميلادي؟ هتضيف كتير بمجرد إنك تيجي. يا عمنا، احنا هنتجمع نلعب كورة. هتقدر تيجي تلعب؟

أي حد يشرفه إنك تبقىٰ صاحبه. ايه ده؟ أنت موهوب بجد. أنا معجب برسوماتك المعمارية وبقدرتك علىٰ التمثيل والغنا علىٰ المسرح. دي حاجة محتاجة جرأة فعلًا. أنا شايف أنك شبابي وعصري جدًّا. أنت فعلًا شاب عظيم. سمعت شباب تانيين بيقولوا إنهم شايفينك شبابي وعصري. هتبقىٰ فرصة روعة لو قضينا وقت سور، نخرج مع بعض بس، تمام؟ مجموعة منا احنا الشباب بس. يا عمنا، مجموعة مننا هتروح للساحل في نهاية الأسبوع. حابب تيجي معانا؟ الله - أنت ازاي بقيت موهوب كدة؟ ممكن توريني طريقة الرسم، الكتابة، التمثيل أو الغناء زي ده؟ الله، أنت شاب قوي، أكيد بتتمرن كتير.

اكتب خطابًا إلىٰ ابنك أو ابنتك

يمكنك أن تمنح ابنك الفرصة ليفهمك بشكلٍ أفضل عن طريق وضع أفكارك ومشاعرك في صورة مكتوبة. ويسمح ذلك لك أيضًا بأن تحصل علىٰ تبصّرك أنت داخل نفسك. يجب أن يتضمن الخطاب الجوانب الأربعة التالية:

١- **أبدِ الندم**: تحدّث عن أشياء قلتها أو فعلتها وتشعر حيالها بالأسف، علىٰ سبيل المثال: عدم قضاء وقت معها بينما كانت تنمو، التحدث إليها بطريقةٍ جارحة، التعامل معها بعدم احترام، ترك مسؤولية التربية لشريك حياتك وعدم انخراطك، النقد والتذمر بشأنها، وما إلىٰ ذلك.

٢- **اعتذر**: اطلب مغفرته علىٰ أشياء خاطئة فعلتَها معه، علىٰ كلماتٍ قاسية وجهتها إليه، وعلىٰ نقص تفاعلك معه. علىٰ سبيل المثال: «أرجوك، اغفر لي لأني تركتك بمفردك العديد من المرات في حياتك. أنا آسف». «أرجوك، اغفر لي عدم إخباري لك كم أنت شاب رائع. من الصعب عليّ أن أعبّر عن مشاعري بانفتاح». قل له إنك تريد أن تعرف كيف أثّرتْ فيه أفعالك، اسأله كيف شعر حينها، وكيف يشعر الآن. من المهم جدًّا الحصول علىٰ رأيه الوجداني.

٣- **تصالح**: اكتب عن خططك الحالية لمحاولة إصلاح الأخطاء الماضية. علىٰ سبيل المثال: «أود أن أقضي وقتًا أطول معك، نذهب إلىٰ رحلات صيد،

أتشارك معك بصورة أكثر انتظامًا، أحضر حفلاتك المسرحية، وأصبح أكثر اشتراكًا في حياتك».

٤- **بارك**: في دورك كوالد، قدم مباركتك لحياة ابنتك. اكتب أمنياتك وأحلامك لها بناءً علىٰ وزناتها الفطرية وأحلامها. «أعتقد أنه سيكون لكِ حياة رائعة. أدعو لك بالبركة. أنتِ ابنة رائعة، وأعلم أنكِ ستصلين لمبتغاك»[(١)].

قد تحتاج لأن تكتب مسودات عديدة من خطابك قبل أن تًسلمه لابنك. قد تجد نفسك غاضبًا. أولًا: فرغ غضبك، ألمك، اشمئزازك، تشوشك، ومرارتك، عبر ما تظن في الانجذابات لنفس الجنس. من المهم لك أن تفرغ ما بداخلك من مشاعر في هذه المسودات، ثم تأكد من التخلص منها.

ستتضمن النسخة النهائية قدرًا أقل من ردود أفعالك الطبيعية، وقدرًا أكبر من اتخاذك لمسؤولية شخصية عن أي أخطاء ارتكبتها، طالبًا غفرانًا، ومشاركًا عن نوع العلاقة التي تتمنىٰ أن تخلق الآن، ثم مقدمًا حبك ومباركتك. شارك الخطاب النهائي مع شريك حياتك أو صديق مقرب قبل تسليمه لابنك. احصل علىٰ رأي من مصدر موضوعي.

يرحب بعض الأبناء بالتسجيلات والخطابات بأذرع مفتوحة. وفي مرات أخرىٰ قد يرفضونها، معتقدين أن مثل هذه الجهود ما هي سوىٰ حيل، مقصود بها

---

(١) انظر الخطوة الثالثة لمراجع عن كتب عن «مباركة» ابنك.

أن تجعلهم يتغيرون. مرة ثانية، كن مثابرًا. دع ابنك يعلم أن نيتك هي ببساطة أن تعبّر عن حبك وندمك ورغباتك لحياته أو لحياتها. تحلَّ بالصبر وكن مثابرًا، ولا تقبل (لا) كإجابة.

مثال علىٰ خطاب من بابا وماما إلىٰ ابنهما

خطاب الأب

عزيزي خالد،

أرىٰ أشياءً عظيمة حين أفكر فيك، أرىٰ رجلًا له حس فكاهي مبهج، وحضور مختلف. لا يخالجني أي شكٍ أنك امتداد لي. وإلىٰ جانب ذلك، لديك مواهب أخرىٰ عظيمة:

لديك الاستطاعة لابتكار الأفكار والتفكير خارج الصندوق، ورؤية الأشياء من منظور مختلف. لديك استبصار حقيقي ومعرفة غامرة بأشياء عديدة: السيارات، المعمار، الطقس، الموسيقىٰ، والأفلام، وكذلك -وهو ما تفوق أهميته كل ما سبق- الناس (لديك بصيرة نافذة في الناس، وحِسًّا حقيقيًا لمشاعرهم، وتعاطفًا أصيلًا لما يجتازونه بحياتهم).

تتضافر مع هذه المعرفة قدرتك الفذة علىٰ تذكر الأشياء، سواءً أكانت كلمات القصائد، وسمات ومميزات السيارات، وبنىٰ المنازل الهندسية، ولطالما أبهرتني بقدرتك علىٰ تذكر كل ذلك.

ما أقوىٰ خصالك الشخصية، وما أشجعك حين يتعلق الأمر بمن تحب. لم تخضع لإغراء المخدرات طيلة دراستك، برغم توافرها حولك ويسر الوصول إليها.

لطالما كانت استطاعتك علىٰ تقمص الوجدان إحدىٰ أعظم مواهبك، قدرتك علىٰ الاهتمام وبذل الحب الممزوج بالفعل، فأنت في هذا المضمار صاحب فعل لا أقوال.

لديك كل هذه المواهب التي أخشىٰ أنك لا تراها. وقد وددت أن أكتبها إليك لأنني أعتقد أني لم أخبرك عنها بما فيه الكفاية. علىٰ الأقل ليس بالقدر الذي يجليها أمامك لتصدق فيها.

حين أفكر فيك، أفكر أيضًا كم وددت أن أكون مختلفًا معك. لقد عملت بجد لتوفير حياةٍ كريمة لأسرتنا، ولا عيب في العمل بجد وتأمين معيشة الأهل. ومع ذلك، أرىٰ أنني افتقدت التوازن في وقتي معك. وبمعرفة بعض ما تعلمته مؤخرًا، أدرك أنه كان علي أن أسعىٰ لنيل قلبك مهما كان ذلك صعبًا معك، وأن أحتويك مهما كان دفعك لي. أدرك أهمية ما لو كنت خصصت المزيد من الوقت لك. وخطوة بخطوة، تتفتح عيناي وأرىٰ اليوم أن كل اللحظات التي كنت أشعر فيها بدفعك لي بعيدًا عنك ما كانت سوىٰ نداءات قلبك أن أضمك

إليَّ. كان علي أن أطالب بقلبك، وأعلم الآن أنني لم أحاول بكل استطاعتي!

لا يمكنني الجزم كيف اندق الوتد بيني وبينك خلال تلك الأيام، أومن أنه ليس شيئًا واحدًا، بل مجموعة من العوامل التي اجتمعت لترسم أمامك صورة بأنك غير ذي بالٍ عندي! هذا هو الأمر ولابد.

تجمعنا الكثير من الصفات، خاصّة حين يتعلق الأمر بالتعبير عن مكنون صدورنا، وبشكلٍ أخص حين يشمل الأمر شيئًا من الألم. ولك عانيت -نفسي- في هذا الجانب طيلة حياتي، ولا زلت أتعلم. أعلم حاجتي للخروج من ذاتي ومشاركة الآخرين بما يعمل داخلي، بدلًا من كبته في الداخل، حيث يجد الاستياء والغضب أرضًا خصبة لينمو ويزدهر. هذا العجز عن المشاركة خلق بيدي أسوارًا حجبتني عن الذين يهمني جدًا أمرهم.

أعلم أن هذا كان يحدث عادة بيني وبين والدتك، وبخاصّة بعد ولادتك وأخيك. كثيرًا ما شعرت أنني خارج السرب معها، حين كانت تقوم بدورها كأم لكما. لقد كانت أمًا عظيمًة لكما، لكن لم تكن زوجًة -كما شعرت- بنفس القدر. لم أتمكن من مشاركتكما

فيها، فانزويت ألعق جراحي، وانحصرت في نفسي عن كل أسرتي. ولكم حدثت نفسي بأنها لو أحبتني حقًا لكانت علمت بما يدور في صدري وبأوجاع قلبي. ولكانت تابعتني عما أخفيه إلىٰ أن تتحسن حالتي. كانت هناك مشكلة كبيرة، حين كانت أمك تقوم بذلك، لم أكن أشاركها بما أشعر. علمَتْ أن هناك خطب ما، لكنني أخفيته عنها. كان الوقت قد تأخر لتدارك العطب، وكان المصاب قد وقع. لذا استمررت بالانزواء والانحصار، وامتنعت عن التواصل، وكأنني أعاقبها علىٰ ما لاقيت من ألم. وإنني لأتحسس هذا الجرح بينما أكتب إليك الآن. لقد قطع الشعور بأنني تُرِكْت في الخلف، الشعور بالتجاهل وبكوني غير مرغوب نياط قلبي كسكين.

لم تفعل أمك -في الحقيقة- سوءًا، لقد كانت تحاول أن توازن بين كونها أمًا طيبة وزوجة صالحة، وقد كانت. لقد كان جل آلامي ذاتيًا حين أخفقت في السماح لها لتعبر إلي، وأن أتشارك معها ألمي ومعاناتي. وما زاد الأمر سوءًا، هو أننا حين كان لدينا المزيد من الوقت لنتشاركه، كنت محملًا بآلام الماضي وأوجاعه. لقد وقف بيني وبينها حائلًا صعبًا، وما من شيء كان بإمكانه أن يصدر عن قلبي أو يَرِد عليه. وفقدت فرصًا عديدة للحصول علىٰ الحب الذي

لطالما تقت واحتجت إليه. وأخيرًا، لم يكن أمامي سوىٰ لوم نفسي، وسقطت في حلقةٍ مفرغة.

وفي النهاية، بدأت في القيام بما كان علي القيام به منذ البداية، بدأت في الانفتاح ومشاركة وجداني، وأفكاري، وأوجاعي، وآلامي فيما يخص علاقتنا. وعبر تواصلي مع والدتك، أدركت كم أحبتني، وكم شعرت بالإحباط هي الأخرىٰ أنه لم يمن لنا المزيد من الوقت معًا. اختبرت عمق اهتمامها بي وبطرق لم أكن أعلم بها. وددت لو كنت تحدثت إليها في وقت أبكر، ولم يكن الألم ليعتصر قلبي كل هذا الوقت. لكنها كانت قراراتي. أصبحت أشعر بأمان أكثر في محبتها، آمانًا حتىٰ عند تكرار ذات المواقف حين لا أجد وقتًا لي معها، لكن الوجع الملح كان قد ولىٰ، لكوني آمنًا في علاقتي بها. وهذا هو الموضع الذي أظنني قد خذلتك فيه!.

إنني لطالما حملت لك الكثير من الحب، وسأظل أحمله لك حتىٰ آخر أنفاسي. وما أخفقت فيه هو أن أجعلك تدرك ذلك بشكلٍ لا يحتمل الشك. أشعر أنه حين كنت أخفق معك، كان هناك الكثير لأفعله كي تشعر بالأمان في حبي لك. في مواضع من حياتنا كنت قد احتجت للدعم الوجداني مني بطرقٍ شتىٰ. وبشكلٍ أو بآخر، وجدتني

عاجزًا عن إدراك احتياجاتك، أو الوفاء بها بالشكل الذي احتجته. لم يكن الأمر أنني لم أرغب في إشباعك، بل عجزت عن الطريق، جهلت الكيفية التي أقدمها بها لك. ظننتُ أنك تدرك كم أهتم وأعتني بك. أعلم أنه كانت هناك أوقات -في صغرك- حاولتُ فيها الحصول علىٰ وقتٍ خاص معك. أذكر حين كنت ألعب معك «المسّاكة» أو التقاط الكرة، وكان كثيرًا ما ينضمإلينا أخوك، ويهيمن علىٰ الوقت بطريقةٍ ما، فتخرج أنت شاعرًا بالعجز عن مجاراة أخيك الأكبر. وبما قد عرفته مؤخرًا، أتمنىٰ لو كنت أكثر اهتمامًا، ولكنت خصصت المزيد من الوقت لي ولك فقط. كحين يكون أخوك مع أصدقاءه في الخارج، أو مشغولًا مع أمكما. ولكنا حينها بمفردنا، فقط، أنا وأنت.

لم أكن أدرك مدىٰ أهمية وقتٍ خاص كهذا معك، ولا مدىٰ احتياجك لي لك ومعك. وبمرور الوقت، كان الألم والحزن الذي خلفه عدم تلقي الوقت الخاص فوق احتمالك. أومن كم كانت أليمة محاولاتك للحصول علىٰ ما ترسّخ لديك أنك لا تحصل عليه، ولذا كان تخليك عن المزيد من المحاولة أمرًا مفهومًا. أومن أن هذه الآلام قد تراكمت وخلقت المجال الذي سهّل انفصالك عني. أومن

أنك شعرت حيالي ما شعرت به حيال والدتك؛ بأني لو أحببتك حقًا لكنت دريت بمكنون قلبك، وكيف كنت تتوجع وحدك. بأنني لو كنت أحبك حقًا لكنت لمددت يدي وما تركتك تبتعد عني، بغض النظر عن كل محاولات دفعك لي. أومن أن تلك الآلام احتوشت قلبك وبنت جدارًا حرمنا من الاستمتاع بوقتنا معًا، فقط . . أنا وأنت.

أملي ورجائي أن بإمكاننا أن نلتقي ونتحدث لكي أحظىٰ بفهمٍ أفضل لما احتجته مني ولازلت تحتاجه. آمل أيضًا، أن تغفر لي أنني لم أكن جوارك في الماضي، بالشكل الذي انتظرته مني. كل ما أرجوه منك هو فرصة أخرىٰ، فرصة أخرىٰ تفتح فيها قلبك لي كي أتمكن من أن أصب فيه قدر العاطفة والحب الذي أحمله لك. أنا فخور بك، وبكل قدراتك كشخص وكابني.

أملي الأخير، أنك يومًا ما ستلقىٰ جواب هذا الدعاء الذي أرفعه معك إلىٰ الله. اللهم امنحني البصيرة لفهم حكمتك، ومرادك مني في هذه الحياة، وأعني لحمل ما قضيت به علي. اللهم لا تحرمني رحمتك، وامنحني القوة والشجاعة للقيام لك بما تحب، واجعل في بلاءك لي رحمةً وشفاءً لآخرين، ولا تجعلنا من رحمتك آيسين.

أومن أن دعائي لن يذهب سدىٰ، وأنك سترىٰ صدق دعوتي فيك لتكون مثالًا يحتذىٰ، ودليلًا علىٰ إمكان الشفاء والحب، وما يكون بمقدور الآخرين تحقيقه إذا انفتحوا للشفاء هم كذلك.

بكل حبي لك

بابا

خطاب الأم

عزيزي خالد،

ما أشد حبي لك، إنك تضيء حياتي فوق ما يمكن للآخرين فعله. إنك تجلب البهجة والمرح أينما حللت. ولكم يحبك الجميع يا خالد، أنت ترسم البسمة علىٰ وجوهنا. وبرغم علمي أنك سمعت ذلك مرارًا، أرجوك صدِّق أنني حاولت أنا وأبوك أن نمنحك حبًا غير مشروط. وأبعد من ذلك، لقد استطعت أنت ربح حب من حولك للشخص الذي تكونه، أنا فخورة بك جدًا.

لكم كنا سعداء -أنا وأبوك- حين رزقنا بك، لقد دعوت الله أن يرزقني بولدين، أنت وأخوك مصداق دعوتي. حين أصبت بعسر الحمل في نهاية حملي بك، كنتَ تكافح مولدًا صعبًا، وانتزعت البقاء بيدك. وحين عالجت المرض وأنت ابن عشرة أيام، وظننا أننا

قد فقدناك، فإذا بك تهزمه وتتحدىٰ الأقدار. لم تكن بداياتك سهلة، لكنك قبلت التحدي واجتزت فيه. حتىٰ طلباتك كانت بسيطة، مجرد أن يكون صندوق سياراتك معك، كانت البهجة تلازمك.

أنت سهل المعشر جدًا يا خالد، خفيف الصحبة، وملئت حياتي بالحب والضحكات. أذكر كم كنت شجاعًا حين ركبت اللعبة في الملاهي، وأخبرتنا أن قلبك كان يركض ركضًا. وبعد ذلك اكتشفنا أنه لديك مشكلةً بالقلب، احتاجت للجراحة. علمتني معنىٰ الشجاعة، لقد كنت شجاعًا جدًا، بينما كنت أنا يتملكني الرعب؛ لديك قوة داخلية نادرة. يعجبني قوة إرادتك، وصلابة عزيمتك، والتي كم أسأنا ووصفناها بـ «العند».

أنت إنسان مثير للاهتمام. هادئ الطبيعة، متعدد المواهب، نبيل الخصال، فني الحس، قدرة خلاقة علىٰ النظر للأمور بمنظورات مختلفة، ميل للتصميم والإبداع الهندسي والذي لطالما شاركتنا به، تركيبة جعلت منك إنسانًا فريدًا. لا تزال تدهشني -كذلك- بنفسك المعرفي وإطلاعك علىٰ السيارات. من كان يقول أنك حين التقطت جريدة أخبار السيارات وأنت بعمر السابعة أن إحاطتك بعالم السيارات سيكون موضع هبتك. كان لديك حلم، وتمسكت به حتىٰ حققته. أنا فخورة بك.

وإنني ليغمرني الحزن فوق ما تطيق وصفه الكلمات حين أفكر فيما اضطررت للخوض فيه، وعمق الاضطراب الذي عانيت. أفتش في قلبي وعقلي دومًا عن المواضع التي كان بيدي أن أحدث فارقًا. أحببتك بكل إمكاني، ومع ذلك خذلتك حينما احتجت إلي. كانت لديك احتياجات خاصّة لم أنتبه إليها، ولكم يفطر ذلك قلبي. ياليت بيدي لو عدت وأبديت انتباهًا أكثر، وقضينا وقتنا بشكل أفضل.

لقد حملت علىٰ كاهليك إصرًا منذ بداية مراهقتك، ولكم تساءلت ما لو كان بإمكاني أن أكون أكثر شعورًا بك، أكثر تفهمًا لمشاعرك وأفكارك. لو كان بإمكاني مساعدتك في جواب أسألتك المرهقة، وتساؤلاتك المحبطة. وددت لو فديتك من مخاوفك، من آلام قلبك، ومن العزلة والاغتراب الذي واجهت. ينفطر قلبي كلما أدركت الوقت الذي احتجتني جوارك ولم تجدني كما انتظرت، وبرغم تواجدي حولك بجسمي إلا أن وجداني كان قد غاب عنك. لم أدرك احتياجاتك، وبكل آمالي لتغيير ما قد كان، أقبل أنه ليس بالإمكان.

وبالرغم من كل ذلك، يمكنني أن أكون معك لنصنع المستقبل، أود أن أكون اليوم معك كما لم أكن من قبل. اليوم

أنصت إليك كما لم أفعل، اليوم أنا أعي الآلام والأوجاع التي احتملتها. إن كنت أميل لشيء فهو لكي بكل ما يمكنني فعله، وأرىٰ أنها خصلة مشتركة بيننا، ولذا آمل أننا سنلتقي. أنت الذي يجده الآخرون حين يبحثون عن أذن تسمع، ويد تربت، وشخص يهتم لهم. بل أنت فوق ذلك، يمكنك أن تشعر بآلامهم قبل أن يصرحوا إليك.

لقد فقدت فرصة معك، وتعلمت -كذلك- منك الكثير، لكنني -لا زلت- بحاجة أن أتعلم كيف تحتاجني في حياتك، كيف أتفاعل معك، كيف أوفي باحتياجاتك، كيف أعبر عن حبيلك بالطريقة الأنسب لك. أملي أنه بإمكاني أن أشاركك الطريق. لك موضعًا خاصًا من قلبي، وحياتي. أحبك اليوم وللأبد.

حبيبتك

ماما

جلس هذان الوالدان مع ابنهما بينما قرآ خطابيهما له. وحين انتهيا، تشارك الجميع بعمق وبكوا. خلق هذا ثقة أكثر وترابطًا بينهم. أرسل آباء آخرون خطاباتهم بالبريد أو البريد الإليكتروني وتشاركوا بشأن المحتوىٰ فيما بعد. كيفية فعل هذا هو أمر متروك لك بشكل كامل. لتحدد أفضل وسيلة، فقط فكر: أي طريقة ستخلق حميمية أعظم؟

احضر ندوات عن الشفاء وشارك في جلسات علاج أُسرِيّ

ابحث عن ندوات العلاج الفردي والزواجي والأسري (انظر الملحق للمزيد من المعلومات). تلك البرامج المبنية علىٰ معايشة الخبرة، والمصممة لتساعدك ولتساعد ابنك علىٰ حل الأمور الشخصية والعلاقاتية. الكثير من الأزواج يحضرون بدون ابنهم، ويحصلون علىٰ بصيرة هائلة من أولئك الذين يصارعون مع المثلية غير المرغوبة. مكّنهم هذا بعمق أكثر من أن يفهموا قلب وذهن ابنهم. وكذلك عطلات نهاية الأسبوع، وهذه تتميز بالقوة الشديدة وبأنها مُبدِّلة توازي حوالي ستة أشهر من العلاج. [وهي خلوة لعدة أيام في نهاية الأسبوع والأجازات، لمعايشة بيئة التعافي تحت إشراف معالجين أو متعافين سابقين، مثل رحلة JIM]

من الممكن أن تفكر أيضًا في المشاركة في جلسات العلاج الأسري. بعض المعالجين مدربون علىٰ العلاج الأسري ومن الممكن أن ييسروا هذا الخبرة. لقد عملت مع أسرٍ كثيرة والتي يختبر أحد أفرادها الانجذابات المثلية، وإنه لمن المدهش أن ترىٰ أعوامًا من الألم والمرارة تذوب بعيدًا. خلال هذه الجلسات، يكون لدىٰ كل فرد في الأسرة الفرصة ليشارك «حقيقته» مع الآخرين. بعد هذه اللحظات، يخبو الألم ويحدث الترابط الحقيقي. تحت كل الجرح والغضب والألم، يكمن هناك الحب والتفهم والغفران.

ها هي قصتان عن مصالحة أسرية. في الأولىٰ يغيِّر أبٌ توجهه نحو ابنه ويبدأ شفاء جذري. في الثانية، يغير الوالدان من منظورهما بشأن مثلية ابنتهما، ومنذ تلك اللحظة تأخذ حياتهما منحنىٰ دراماتيكيًّا للأفضل.

مصالحة بين أب وابن

بقلم أم حضرت مجموعة مساندة للوالدين:

ها أنا أعيد المواد التي استعرتُها في ٢٠٠١. لقد مر الكثير من الوقت منذ ذلك الحين، وقد حدث الكثير. حين أتيت لأول مرة، كان ابني في الثالثة عشر وكان أبوه يمقته. الآن ابني في الخامسة عشر، وأبوه هو أكبر معجبيه.

كانت نقطة التحول بالنسبة لي هي قراءة كتاب «الآخر القريب». لم أقرأ مطلقًا شيئًا أكثر حزنًا من ذاك. تشاركت المعلومات مع زوجي، وبدأت تحدث تغييرات في توجهه وموقفه. اصطحب ابننا في العديد من الرحلات، لعب رياضاتٍ معه، تحدث معه وأنصت إليه بطريقة لا تصدر الأحكام. الآن حين ينظر إلىٰ ابننا، ينظر نظرة حب، لا استياء. يتفهم لماذا ابننا علىٰ هذا النحو، وماذا يمكن فعله لقيادته خارجًا نحو اكتمال شخصه.

لا تتخيل كيف أثّر ذلك في سلوك ابننا. في البداية، بالطبع، رفض ابننا عاطفة أبيه؛ لأنه لم يكن معتادًا علىٰ ذلك ولأنه كان بشكل عام لا يشعر بالارتياح في التواجد مع الذكور، لم يَرُقْ له أن يُلمَس ولم يكن يعلم كيف يكون رد فعله. استغرق الأمر منا عامًا من الصبر، والمحاولات والفشل حتىٰ بدأ ابننا في الخروج من صَدَفته. في الحقيقة يذهب لأبيه ليخبره بأشياء مختلفة، وهو شيء بسيط، ومع ذلك لم يُسمَع به من قبل. للمرة الأولىٰ، وجدته يشعر بالارتياح في جوار أبيه. وفي سن الرابعة عشر، أشار ابننا لوالده بـ «يا بابا» لأول مرة في حياته. قبل ذلك، كان يحاول أن ينادي أباه باسمه الأول أو يشير له علىٰ أنه «زوج ماما». بالنسبة لي، كان ذلك اليوم أهم من اليوم الذي تعلم فيه ابني المشي. لأنه وبطريقة ما كان هذا هو اليوم الذي أخذ فيه ابني خطوته الأولىٰ نحو فطرة الله التي فطره الله عليها.

عودة ابنة

من أم وأب

اكتشفنا مثلية سارة حين كانت في التاسعة عشر من العمر لكننا لم نناقش الأمر كثيرًا بعد ذلك. عندما ذهبتْ سارة للكلية، أخبرتنا

أنها كانت علىٰ علاقة ببنت أخرىٰ في مجموعة الشباب منذ أن كانت في الرابعة عشر. كانت استجابتنا سلبية، كنا نرىٰ أن كونها مثلية أسوأ من كونها قاتلة. كنا أيضًا مقتنعين أن المثلية اختيار، وكنا نظن أنها كانت قد اختارت هذا بنفسها.

وبدلًا من الفهم والتعاطف، استجبنا بإصدار أحكام. قلنا لها، «ستذهبين إلىٰ الجحيم بهذه الخطيئة الكبيرة». تجادلنا مجادلات عديدة بعد ذلك، وانتقلتْ هي للعيش في مكان آخر أقرب لمجتمع المثليين في وسط المدينة. كانت تشعر شعورًا أفضل معهم. حيث كانت مقبولة هناك.

قضينا أربع سنوات علىٰ هذا الحال. ساعدناها ماليًّا، لكن كنا مختلفين بشأن كل شيء آخر. انقطعت العلاقة بيننا. كشفت هي لنا لاحقًا أنها ما كانت تود منا سوىٰ أن نقود السيارة إلىٰ هناك، خاصة ماما، ونأخذها إلىٰ البيت. أخبرتنا أنها كانت قد مرت بأكثر خبرات حياتها قسوة حين كانت تعيش في المجتمع المثلي. قالت: «ماما وبابا، أنتما ألقيتماني للذئاب!» نعلم أنها لم تخبرنا بكل شيءٍ بعد . . . كانت تشعر بالهجر والترك من الشخصين الذين أحبتهما واحتاجتهما أكثر من أي شخص آخر. فكّرتْ حتىٰ في الانتحار لكنها لم تفعل لأنها ظنت أن ذلك سيجرحنا بعمق أكثر مما نحتمل!

كانت حقًّا طفلة تبحث عن الحب في كل الأماكن الخاطئة لأننا لم نفهمها بالطرق التي احتاجتها في حينها. لم نحبها مثلما أحبها الله. كنا نخبرها كيف نريدها أن تكون وكيف نحتاجها أن تمتثل لطلباتنا. وأرسلها هذا مباشرة إلىٰ أذرع العالم المثلي التعس. كنا لطفاء في دقيقة، ثم نتحول للغضب في الدقيقة الأخرىٰ ونقول أشياء مثل: «لماذا تعيشين أسلوب الحياة البشع هذا؟» كنا منتقدين لأصدقائها، ولم نتواصل اجتماعيًّا معهم.

منذ عامين ونصف العام، كنا سنشتري منزلًا. وألهمنا الله لنسألها إذا كانت تريد أن تعيش معنا، قالت بأنها ستعيش معنا لو كان ممكنًا أن تعيش رفيقتها هناك أيضًا. وبطريقة ما وافقنا. وكانت تلك هي بداية إعادة تأسيس علاقتنا. لكن كان ينقصها مادة علاقاتية. كنا لا نزال عالقين في الموقف الذهني بأن ما كانت عليه ليس سوىٰ تمرد وسلوك مختار. وتخلّف عن ذلك غضبًا منها وإدانةً لها، وحرمنا أن نتواصل بالطرق التي كانت تحتاجها. كنا مستمرين في إهمال احتياجاتها الأساسية من الحب.

كانت كنيستنا مُصدِرَةً للأحكام بشكل كبير بشأن الجنسية المثلية. لم نكن نشعر بالارتياح في التحدّث مع أي شخص بشأن

هذا، فانتهىٰ بنا الأمر للمغادرة. كنا نشعر بالوحدة والألم والوجع. توقفنا عن الذهاب للكنيسة وحاولنا بشكل يائس أن نجد مكانًا حيث ننتمي.

جاءت انفراجة كبيرة حين استخدمتْ رفيقتُها بطاقة الائتمان الخاصة بنا وصرفت آلاف الدولارات! كانت لابنتنا الشجاعة لأن ترمي رفيقتها خارج البيت. طلبنا من سارة أن ترىٰ مشيرًا علاجيًا والذي كان صديقًا لنا من الكنيسة. وافقت أخيرًا أن تراه مرةً وبعدها بدأتْ في جلسات منتظمة.

في أواخر ٢٠٠٤، قلنا إن علينا أن نفعل شيئًا لأننا كنا في يأس عميق. ذهبت أنا (الأب) لمكتبي صباح أحد أيام السبت. وجدت في دُرج مكتبي، وسط مجموعة من الأوراق، خطابًا للمحرر كنت قد احتفظت به لسنين وبه ذِكرٌ للجنسية المثلية. كنت قد احتفظت بقطعة الورق هذه لوقت طويل لدرجة أنها تحولت للون بني! وأؤمن أن هذا كان تدخلًا إلهيًا. في ذلك المقال ذُكر اسم منظمتين لمساعدة ذوي المثلية غير المرغوبة. ذهبت في النهاية للموقع الإلكتروني وتحدثت مع مديرتهم المحلية. أخبرتني عن ريتشارد كوهين. وكانت تلك هي بداية استنارتنا.

قبل الكريسماس في تلك السنة، كنا ندور في دوائر ولا نصل لأي مكان. كان الأمر مؤلمًا لزواجنا. كانت قلوبنا قد أظلمت إلىٰ أن التقينا بريتشارد. وبعدها شاركنا في فصل دراسي عن بُعد للآباء وذهبنا إلىٰ ندوة علاجية في الحب/الجنس/الحميمية. المعاناة والألم لدىٰ من يصارعون مع المثلية في تلك الندوة العلاجية فتحت أعيننا. رأيناهم يبكون وأدركنا أن ابنتنا كانت تشعر بنفس الشيء!

في خلال الثمانية أشهر الماضية، أحرزَنا تقدمًا أكثر من السنوات الست الماضية. ليلة أمس، اتصلت ابنتنا، قائلة، «أشعر بألم شديد. هل يمكنني المجيء والمشاركة معكما؟» لم يكن لهذا أن يحدث أبدًا قبل ذلك. كانت نقطة التحول هي إدراك الحقيقة بشأن المثلية. فهمنا أخيرًا أن ابنتنا لم تختر أبدًا أن يكون لديها انجذابات لنفس الجنس. وصلنا لإدراك أن تلك الانجذابات نتجت عن الكثير من خبراتها الحياتية واستقبالاتها للأحداث.

رفعَتْ الحقيقة حجابَ الجهل عن أذهاننا وسمحَتْ لقلوبنا أن تحب ابنتنا بالطريقة التي كانت تحتاجها. لقد حررَنا الحقُ. قالت سارة مؤخرًا: «لم أكن أشعر بحبكما في ست سنوات. أشعر بأني أقرب إليكما عن أي وقت مضىٰ».

حين فهمنا أنها لم تولد هكذا، وأنها لم تختر أن يكون لديها انجذاباتٍ لنفس الجنس، تمكننا من أن ننتقل من الغضب والحكمية إلىٰ التعاطف والحب. كان هذا هو أعظم درس تعلمناه في الفصول الدراسية عن بُعد وعن طريق حضور الندوة العلاجية في الحب/الجنس/الحميمية. فهناك كنا شاهدين علىٰ القلوب الجريحة للكثير جدًّا من الرجال والنساء الذين يصارعون مع الانجذاب لنفس الجنس، وحصلنا علىٰ تقدير أعظم لابنتنا.

معظمنا قد انقدنا لنعتقد بأن الناس يولدون مثليين أو مثليات، لكن هذا ليس صحيحًا. حين فهمنا هذه النقطة الحرجة فهمًا عميقًا، بدأنا في أن نحب ابنتنا دون تحفظ. وعلىٰ مدار الشهور الماضية، قد قضينا أيامًا وليالي كثيرة جدًّا نستمع لسارة وهي تُفرغ ما بداخلها. لقد سمح لنا قول الكلمات السحرية: «نشكرك يا سارة. أخبرينا بالمزيد»، أن نكون شاهدَين علىٰ الألم الهائل لدىٰ ابنتنا. لقد ذهبنا إلىٰ الجحيم وعُدنا معها وسنستمر في فعل هذا طالما كان ضروريًّا. ابنتنا الآن تترابط معنا بمعدل يومي. تذهب للعلاج بانتظام، وصدق أو لا تصدق، هي حاليًا تواعد شابًا وسيمًا! نعم، تواعده.

سارت سارة خطوة بخطوة في التعافي كما تعلمناه. كانت حالة نموذجية مثل حالات المراجع والكتب. قالت: «كنت أستقبل اللذة

العاطفية من رفيقتي وليس منكِ، يا ماما. لم أتواصل معك أبدًا». كانت في اضطراب عميق وهي تشارك هذه الأشياء. ظللنا نكرر: «نشكرك يا سارة. أخبرينا بالمزيد». ما كان يخرج من فمها كان بالضبط ما كان يُعلَّم. قالت إنها كانت تشعر بالرفض مني (الأم) وأني قد كنت تركتها بمفردها تمامًا. إذا لم نكن قد فهمنا أسباب المثلية، وكيف قادت الحساسية الفريدة لدىٰ ابنتنا لاستقبالاتها للأشياء والأحداث، لكنا سنكون دفاعيين جدًّا. لكن لأننا فهمنا بالفعل أنه هكذا اختبرت الماضي، كان في استطاعتنا أن نقول ببساطة: «نشكرك يا سارة. أخبرينا بالمزيد».

لم نكن لنستطيع أبدًا أن نفعل هذا في الماضي. كنا قطعًا سنقضي الوقت كله مدافعين عن أنفسنا ونخبرها لماذا كان الخطأ والعيب لديها هي. تعلمنا كيف نستخدم الكلمات السحرية: «نشكرك يا سارة. أخبرينا بالمزيد»، وكانت هذا الكلمات فعالة جدًّا! أدركنا أنه لم يكن بإمكاننا أن نجادل مع ابنتنا لنقنعها بالعدول عن المثلية. فهي حالة مرسّخة وجدانيًّا. ويتعلق الأمر برمته علىٰ الإساءات. وبدون الشفاء، لم تكن لتستطيع أن تغير سلوكها.

هي اليوم تُشفىٰ. تنفتح. وقد قطعتْ ملايين الأميال في هذا الوقت القصير. كانت لدينا فرصة أن نساعدها منذ شاكتنا أولًا

بمثليتها. إذا كنا قد علَمنا حينها ما نعلَمُه الآن، لكنا استطعنا أن نساعدها أن تُشفىٰ ومنعنا كل الأشياء البائسة من الحدوث. ولكن لأننا لم نكن نفهم حقيقة المثلية، وكيف كانت ابنتنا تفكر، كنا نفعل كل الأشياء الخاطئة. دفعنا كلنا ثمنًا باهظًا -ودفعت هي أسوأ بكثير منا. والآن، أيًّا ما كان ما تفعله أو أين تذهب، نحبها حبًّا غير مشروط. نحن الآن منخرطان مع الفرع المحلي لتلك المنظمة المحلية، ونشارك معهم الأشياء الرائعة التي تعلمناها. نتمنىٰ أن نساعد آباء آخرين فلا يقعون في نفس الأخطاء التي وقعنا فيها. نحاول أن نشدد عليهم أنهم يحتاجون أن يذهبوا إلىٰ الجحيم الذي يعانيه أبناءهم ذهابًا وإيابًا معهم. لا يوجد هناك طريق آخر.

بعد وقت قصير من كتابة والديها لقصتهما، واجهت سارة المرأة التي أساءت إليها كمراهقة. في البداية، ظن والداها أنها ستنخرط معها مجددًا. لكن سارة رأت كيف كانت هذه الشابة مجروحة بعمق وشاعرة بالمرارة. كانت تلك هي أعظم شهادة لها عن تعاسة ما يُسمىٰ بالحياة المثلية. وبعد اختبار المزيد من الشفاء فرديًّا ومع والديها، بدأت سارة في المواعدة. وفي النهاية التقت برجل رائع، وتزوجا في صيف ٢٠٠٦. وكان والداها منبهرين بالتحول الذي اختبروه جميعًا.

الخطوة السابعة
اكتشف لغة الحب الخاصة بابنك

إذا لم تكن قد قرأته بعد، فإنني أقترح عليك قراءة: لغات الحب الخمسة لـ: د. جاري تشابمان، والذي سينير بصيرتك عن شخصية ابنك. تعبير «لغة الحب» يشير للطريقة التي نختبر بها الحب بينما يعبّر عنه شخص آخر. لدىٰ كل شخص لغة حب ابتدائية ولغة حب ثانوية، وعن طريق استكشاف لغات الحب لدىٰ أبنائنا، يمكننا فهم شخصياتهم بشكل أفضل، وأن نجد طرقًا أجدىٰ لدعم نموّهم.

ها هو موجز مختصر للغات الحب الخمس[1].

لغة الحب ١: الكلمات التوكيدية

١- قدّم الإطراءات اللفظية:

أ. قدّر كينونة ابنتك، أو من تكونه هي (بمعنىٰ، كفاءاتها وسماتها). علىٰ سبيل المثال: «أنتِ ست روعة». «أنا بحترم جدًا كرم قلبك». «أنتِ ست حساسة وموهوبة جدًّا». «أنتِ ست مليانة أنوثة وجمال».

ب. قدّر سلوكيات ابنك، أو ما يفعله (بمعنىٰ: السلوكيات التي تعجبك). علىٰ سبيل المثال: «ذوقك رائع في الملابس». «شكرًا ليك إنك خرّجت كيس القمامة». «أنا معجب بتركيزك في واجبك».

جـ. حاول أن ترىٰ العالم من خلال عيني ابنك، تعلّم ما هو مهم بالنسبة له: «أنا متحمس أنك في مسرحية المدرسة. ومتأكد إن آداءك ممتاز».

د. تكلّم بعاطفة، «أنا بحبك» «أنت حاجة كبيرة أوي بالنسبة لي». نغمة ونبرة الصوت مهمة، خاصة لابن حساس.

هـ. امدح طفلك أمام الآخرين، تكلّم بكلمات توكيدية عنها أمام أفراد العائلة وأناس آخرين. أخبرها كم هي رائعة.

---

(١) من جاري تشابمان، لغات الحب الخمسة. (Chicago: Northfield Publishing, 1995).

و. اكتب خطابات توكيدية، اكتب رسائل قصيرة، خطابات، أو رسائل إلكترونية مشجعة لابنك.

كان چون أبًا جيدًا، لكنه كان يقضي وقتًا قليلًا جدًّا مع ابنه روبرت البالغ من العمر ثمانية عشر. حين أعلن ابنه مثليته له ولزوجته، علم چون أن عليه أن يتغير مدركًا أن روبرت شابٌ حساس وموهوب، بدأ في الحال في تقديم كلمات مديح وتقدير: «يا بني، أنا عارف أنك شاب عظيم. أنا آسف إني مكنتش متاح لك بالقدر اللي كنت محتاجه. من دلوقت هيبقىٰ لك وقت أكثر نشارك بعض وأسمعك أفضل». غضب روبرت: «ليه؟ ليه دلوقت؟ اتأخرت كتير!» لم يستسلم الأب: «أيوة، وأنا دلوقت هنا، ومش هتراجع». كان مثابرًا في توكيد أبويته، ولم يكن الأمر سهلًا.

استمر چون في امتداح شخصية روبرت: «أنا شايف إنك موسيقي بارع. بستمتع جدًا وأنا بسمعك وأنت بتغني. عندك موهبة من ربنا». استمر في امتداح ابنه، وبعد وقت، بدأ قلب روبدت يرقّ. وجد چون أن التكلم بكلمات توكيدية كانت طريقًا مباشرًا لقلب روبرت.

لغة الحب ٢: تخصيص وقت نوعي

١- المعيّة الوالدية: أن تكونا معا، ركز انتباهك غير المنقسم علىٰ ابنتك وما تحبه هي (لا ما تحبه أنت).

٢. الملاحظة النوعية: استخدم حوارًا متعاطفًا ومهارات الإنصات الفعّال، بتركيزك علىٰ ما يقوله ابنك -من أفكار، ومشاعر، ورغبات. لا تحلل كلامه أو تنجذب لتحل مشاكله، فقط استخدم إنصاتًا تأمليًّا ومن حين لآخر قُل، «أشكرك يا [اسم الابن]. أخبرني بالمزيد».

٣. استعمل جمل «أنا» وليس «أنت»: تعلم أن تشارك أفكارك، ومشاعرك، ورغباتك دون أن تحكم علىٰ الشخص الآخر. علّم وأرشد بدلًا من أن تعظ وتحاضر، لأنه يؤدي لانغلاق فوري. انتبه: إذا كنتما نَوعَي شخصية معاكسين: أحدكما صموت (لا يحب المشاركة) والآخر منطلق (مسهب الكلام) - من المهم أن تحددا أوقاتًا منتظمة للمشاركة لكلا منكما، لخلق توازن في العلاقة.

٤. اشتركا في أنشطة سويًا: قدم ذكريات رائعة تدوم مدىٰ الحياة (علىٰ سبيل المثال: التخييم، المشي لمسافات طويلة، حضور مسرحية أو حفل موسيقي، الذهاب لرحلة معًا)؛ شارك ابنك في اهتماماته.

لغة الحب الابتدائية لكريم هي تخصيص الوقت النوعي. لم يكن أبوه معتادًا علىٰ المشاركة أو علىٰ النظر إليه مباشرة في عينيه.

بعد بضع جلسات للعلاج الأسري المكثفة، بذل والده جهدًا ليتسع قلبه وذهنه لينضم إلىٰ عالم ابنه متعلّمًا الاستفادة من مهارات الإنصات الفعّال، مع الحفاظ علىٰ اتصال العينين. ذهبا معًا في رحلة تخييم كانت بالنسبة لكريم كالجنة، استمتع والده أيضًا بالوقت الغني معًا. قال كريم: «بابا، ده كان أقصىٰ حلمي في الدني. إني أكون أنا وأنت مع بعض وبس، بنلعب ونضحك. هفضل فاكر الرحلة دي دايمًا».

لغة الحب ٣: استقبال الهدايا

١- ما كانت الهدايا سوىٰ للتعبير عن محبة صادقة: فهي رموز مرئية للحب تجاه الشخص الآخر.

٢- استكشف ما يعجبه وما لا يعجبه: تدارس رغباته واهتماماته.

٣- الهدايا قد تُشتَرىٰ أو نصنعها: الإنفاق علىٰ ابن تكون لغة الحب لديه هي استقبال الهدايا سيملأ خزان الحب لدىٰ هذا الابن.

٤- الطقوس والاحتفالات: أضف قيمة لمنح هداياك، سواء لأعياد الميلاد، أو أحداث خاصة أو فقط لمفاجآت. فالهدايا هي تعبير عن حبك، وليست فقط في الأشياء المادية.

٥- اهده ذاتك: وجودك الجسدي هو هدية فعالة، خاصة في أوقات الأزمات.

٦- استقبال الهدايا هي عطاء لم ندفع في مقابله.

٧- لا تقدم هداياك بدافع الشعور بالذنب: فهذا عطاء مزيف.

كان قلب نوران مكسورًا لأن ابنتها نور متورطةً في علاقة طويلة المدىٰ مع امرأة أخرىٰ. إذ أن هذا يتعارض تمامًا مع معتقداتها الروحية. ومع ذلك كانت تحب نور، ففعلت ما كان عليها فعله لتدعيم علاقتها مع ابنتها. التزمت الصمت في مواقف كثيرة بينما كانت تستمع ما تشاركها به ابنتها. وفي أحيان كثيرة كانت هناك أوقات صاخبة بين نور ودينا، شريكتها. وكانت نور تتصل بأمها وتقول؛ «أرجوكِ تعالي. أحتاجك الآن جدًا».

كانت نوران تستقل سيارتها وتقودها لأربع ساعات ونصف إلىٰ منزل ابنتها. ثم كانت تواسيها وتستمع بينما كانت نور تشارك بشأن ألمها وعذابها في العلاقة. استمر هذا لأكثر من سنة ونصف. وكل مرة، كانت نوران هي من تقود سيارتها ذهابًا وإيابًا. كانت أعظم هدية تهديها نوران لابنتها هي أن «تكون متاحة لها» ولأجلها حين كانت في أكثر أوقاتها ألمًا.

فاقت نور في نهاية الأمر، وأدركت أن هذا الوضع لم يكن كما يجب أن تكون عليه الحياة. انفصلت عن شريكتها وطلبت

المساعدة من أمها. أثبتت نوران أن النصر لمن يحب أكثر ولوقت أطول.

لغة الحب ٤: بذل الخدمة

١. افعل شيئًا مميزًا لصالح ابنك: علىٰ سبيل المثال: قوما ببناء شيء معًا، علّمه مهارة، أديا الواجب المنزلي معًا، اعملا معًا علىٰ تنفيذ أو إصلاح شيء كسيارة مثلًا. هذا هو استثمار للوقت والجهد والفكر. من المهم لنا أن نفعل أشياء لأبنائنا لا يستطيعون فعلها بمفردهم، أو أن نعلّمهم شيئًا لا يعرفون كيف يفعلونه لكنهم يودون لو يتعلموه.

٢. علّم ابنك كيف يسأل حاجته من الآخرين بطلب لا أمر. مثال: أن يستعمل التواصل الرحيم مع الآخرين، بدلًا الطلب بلهجة آمرة.

٣. اطلب من ابنك إعداد قائمة بأشياء يودك أن تفعلها لأجله.

٥. قد يكون عتاب ونقد الأبناء مفتاحًا للغة حبهم. (علىٰ سبيل المثال: «لكم تمنيت لو علمتني أن أقذف الكرة»). لم يفت الأوان بعد لقضاء وقت مع أبنائنا، سواء كانوا في الخامسة أو الخمسين من عمرهم.

٦. كن متاحًا لهم، ووازن بين خدمتك لهم واحترامهم لك: لا ترفع حدود الأدب، فلن يحترموك إن فعلت ذلك. يحتاج الأطفال إلىٰ الترابط والحب وكذلك الحدود، وحينها سيشعرون بالأمن والأمان.

٧. تغلب علىٰ الحكم المسبق. ضع في اعتبارك أن الأبناء ذوي الميول المثلية هم في أغلب الأحيان حساسون جدًّا، وهو الأمر الذي نحتاج نحن الآباء بشكل خاص أن نتذكره. يقدم د. دين بيرد مشورة ممتازة للآباء الذين يفضل بعض أولادهم الصغار اللعب بالدُمىٰ: «انزل إلىٰ الأرض والعب معه بالدُمىٰ التي أيلعب بها. بعد الانضمام لعالمه، سيكون أكثر استعدادًا أن يشارك معك في عالمك». وفعلًا هذا الأمر مجدي.

سالم هو معلم عظيم مع الأطفال، لكنه لم يكن متواصلًا مع ابنه تامر. كان لسالم ثلاثة أولاد آخرون، وكان تواصله معهم جيد. لكن تامر -مثل الكثير من الأطفال ما قبل المثلية- مرهف الحساسية حتىٰ أن سالم كان يبحث طويلًا وباجتهاد عن فرص للتواصل معه. في النهاية، وجد مساحة مشتركة، سيارة، كان تيم محتاجًا لسيارة للعمل والدراسة، فاشترىٰ له سالم سيارة شيفروليه قديمة. كانت السيارة بحاجة لبعض الإصلاحات؛ فقاما -معًا- بإعادة بناء المحرك، وأصلحا جهاز نقل الحركة. قضيا وقتًا معًا في العمل علىٰ سيارة تامر، مما جعله يشعر أنه محبوب ومميز في عيني أبيه. ولدهشتك، يأتي تامر اليوم لمنزل أهله في أحيان كثيرة ويسأل سالم:

«ممكن تساعدني نصلح العربية النهاردة؟»، فقد أصبح ذلك مكانًا يلتقي فيه الأب والابن ويتشاركان.

لغة الحب ٥: التلامس الجسدي

١. يوصل التلامس الجسدي الكثير من الحب الشعوري.

٢. يحتاج الرضّع لأجل نجاتهم أن يتم لمسهم وتقبيلهم وهدهدتهم ومسح أجسامهم من قبل مقدمي الرعاية. كذلك يحتاج المراهقون والراشدون للتلامس الصحي لأجل صحتهم النفسية.

٣. يمثل التلامس الصحي غير الشهوي احتضان ابنك، إمساك يده، ووضع ذراعك حول كتفيه.

٤. قد يقوم التلامس الصحي كلغة تفصح عن الحميمية الصادقة والحب. كن مرنًا. اتبع إشارات وتلميحات ابنك. قد يرغب الأبناء البالغون أن يستقبلوا الأحضان أو قد يريدون ويحتاجون -فقط- أن يُمسكوا.

٥. سيساعد التلامس الصحي علىٰ إصلاح نمط التعلق بينكما للتعلق الآمن. ولهذا أهمية خاصة مع ذوي الميول المثلية. تذكر: حاجة الأبناء أكبر لآبائهم، وحاجة البنات أكبر لأمهاتهن. أو من ينوب عن هؤلاء وأولئك.

٦. لقد حُرِم الكثير من الرجال والنساء ذوي الميول المثلية من التلامس الصحي. ولذا فهم يتوقون لتلامس صحي، وعند فقده قد ينتهي بهم الأمر في العالم «المثلي» التعِس، ليجدوا ما يسدون به رَمَق احتياجاتهم.

لم تكن ليلىٰ تجيد التعبير عن عواطفها؛ فقد نشأت في بيت من الأولاد. لم يكن سهلًا لها أن تكون رقيقة ولطيفة في وسط كل هذا الوسط الذكوري. لم تحملها أمها -أبدًا- بدفءٍ بين ذراعيها. ولذلك، حين ولدت ابنتها سوزان، لم يكن سهلًا عليها أن تظهر العاطفة بانفتاح وأصبح هذا مصدرًا للألم والتوق في قلب سوزان وذهنها وجسمها ونفسها. وبينما كانت تنمو وتنضج، زادت لديها الرغبات نحو نفس الجنس. كانت ليلىٰ تدينها بسبب ما لديها من مشاعر المثلية قائلة: «ستذهبين إلىٰ الجحيم إذا مارستي هذا السلوك البشع».

لحسن الحظ كان لدىٰ أحد قساوسة كنيستها مَعْرِفة بشأن مساعدة الأبناء ذوي الميول المثلية. التقىٰ بوالدي سوزان وأخبر ليلىٰ أن ما تحتاجه سوزان حقًّا هو القُرب؛ إبداء الدفء والعاطفة. في الوقت المناسب وبكثير من الممارسة، بدأت سوزان في تذوق إحساس أن تُحمل من أمها. وبدأت تنوح: «ماما، كل اللي محتاجاه

هو أنتِ. لما ملقتش منك كنت بدوّر علىٰ حبك في حضن ستات غيرك». من خلال الأوقات المستمرة من الحمل والتعبير المنفتح عن العاطفة الجسدية، بدأ قلب سوزان في الذوبان بينما انسكب ألمه خارجه. بعد سنة من الجهود المستمرة، تضاءلت الميول المثلية لدىٰ سوزان واليوم هي مخطوبة لشاب.

من الممكن تهجي الحب بثلاث تاءات: تمضية الوقت، التلامس، التحاور

تمضية الوقت: يحب الأطفال أن يكونوا مع بابا وماما، كي يقوموا بأشياءٍ معًا ويتشاركوا سويًا في الأنشطة. التركيز الأساسي في هذا البرنامج هو قضاء الوقت الخاص معًا بين الأب والابن أو الأم والبنت. شارك في اهتمامات ابنك.

التلامس: كل الأطفال، لكن خاصة مرهفي الحساسية منهم، يميلون لأن يُحملوا، يُحتضَنوا، يُعانقوا، يربت عليهم، ويلاطفوا. أيها الأب، يحتاج ابنك لأن يشعر بحضنك الدافئ. أعلم أنَّ هذا قد يبدو غريبًا، بل ومخيفًا، لبعض الآباء. ستحتاج أن تمارس العاطفة الجسدية المناسبة مع ابنك (انظر الخطوة الثامنة للمزيد من التفاصيل). إذا واجهت صعوبة في ذلك، قد يكون من المفيد أن تفكر في الأمر هكذا: إذا كان احتياج ابنك شديدًا للتلامس، سيحصل عليه منك أو من غيرك. أيتها الأم، ستحتاجين أن تفعلي الشيء نفسه مع ابنتك.

التحاور: سيستجيب ابنك ذو الميول المثلية لدفء المحادثات مع بابا وماما، إذا ما أنصتما إليه، وإذا ما دعيتماه أن يعرف من أنتما، واستكشفتما من يكون. التواصل هو بمثابة التنفس للعلاقة. دون تنفس، سنموت. كذلك فدون تواصل، تموت العلاقة. أيها الأب، دبِّر وقتًا للمحادثة مع ابنك. أيتها الأم، تواصلي مع ابنتك وأنصتي إليها. لا تحتاجان إلىٰ إجابات، تحتاجان فقط أن تكونا متاحين لتنصتا وتشاركا. اجعلا الأمر حقيقيًّا.

باختبار الثلاث تاءات للتربية الناجحة، سيحصل الابن علىٰ الإحساس بالقيمة، والانتماء، والكفاءة. الإحساس بالقيمة هو اعتقاد داخلي بأني مهم، وبأني مميز وذو قيمة وفريد. الانتماء هو وعيي بأني مرغوب فيّ، مقبول، مُعتَنىٰ بي، مُستمتَع بصحبتي، ومحبوب. الكفاءة هي الشعور بأني أستطيع أن أقوم بالمهام الموكلة إلي، وأني أتكيف مع الكواقف المستجدة، وأن بمقدوري مواجهة الحياة دون خوف(١).

داوم علىٰ المحاولة، حتىٰ لو أخطأتَ مائة مرة، فذلك يبرهن علىٰ أنك مهتم. وجهّز نفسك للرفض، فقد يحدث، لكن لا تستسلم أبدًا. فابنك في أشد الحاجة إليك.

---

(١) من ديفيد سيماندز، شفاء المشاعر المتهالكة. (Wheaton, III.: Victor, 1981) ص٦٠.

استكشف ما يحبه ابنك وما يكرهه

ربما تعرفين بالفعل اهتمامات ابنتك. إذا كان الأمر كذلك، ابذلي قصارىٰ جهدك أن تنخرطي بالاشتراك في الأنشطة التي تستمتع هي بها، حتىٰ لو كانت عكس طبيعتك. أما إن كنت لا تعرفين اهتماماتها المحددة، فبإمكانك -دومًا- أن تسأليها ماذا تود أن تفعل: تذهب لأحداث رياضية، تشاهد فيلمًا، تتسوق، تلعب بلعبة الأحجية. مرة أخرىٰ، هذا هو مشروع ما بين الأم/البنت أو الأب/الابن.

بينما تفعلان أشياء معًا، تذكر أن تكون كريمًا ومتسّقًا بشأن تقديم كلمات المديح والتوكيد. لدىٰ أولئك المصارعون مع الانجذاب لنفس الجنس -في أحيان كثيرة- ميلًا نحو إعطاء القيمة المنخفضة للنفس. لذا فكلما امتدحت ووكدت قيمة ابنك، سيشعر شعورًا أفضل حيال نفسه: «أنت شاب جذاب فعلًا». «أنت رياضي جدًا». «أنت قوي فعلًا!» أو شجعي ابنتك: «أنت شابة جميلة». «أنا معجبة بيكِ أوي». «عندك مواهب روعة وكثير جدًّا».

وجد العديد من الآباء الذين قد قدمتُ لم المشورة طريقة للعمل علىٰ السيارات مع ابنهم، الأمر الذي أتاح للاثنين وقتًا رائعًا للترابط. وذهب آباء آخرون لحضور أعمالٍ مسرحية يشارك فيها أبناؤهم وقاموا بتشجيعهم. اصطحب الآخرون أبناءهم في رحلات تخييمية. نحتاج لأن نخلق فرصًا لقضاء وقت خاص مع أبنائنا، مشجعين مواهبهم واهتماماتهم، جاذبين إياهم ليكونوا أقرب لقلوبنا.

ركّز علىٰ الأنشطة التي تؤكد علىٰ النوع الحقيقي لابنك. قدِّم لابنك مديحًا

حقيقيًّا وصادقًا في كل فرصة مناسبة. كلما كان حساسًا، سيكون لتعليقاتك تأثير هام علىٰ حياته. لكن كن صبورًا! لقد استغرق الأمر وقتًا لتنمو لديه الانجذابات المثلية، لذا فلن تتبدد في أسبوع أو شهر أو سنة. فقط كن متاحًا وشجع ابنك في كل خطوة من الطريق.

في الذكور، تشير الانجذابات لنفس الجنس إلىٰ ضعف توكيد الهوية الذكرية، [أو ضعف التشبّع بالرجولة]. أيًّا كان ما يبدو عليه مظهرُهم الجسماني، فهناك في العمق داخلهم ولد صغير لا يشعر بالأمان. وهذا هو المكان الذي من الممكن أن يصنع فيه الآباء من نفس الجنس فارقًا ضخمًا.

أيها الأب، إن أمكنك أن تذهب مع ابنك إلىٰ صالة كمال الأجسام وممارسة التمارين معًا فافعل. أيتها الأم، اصطحبي ابنتك للتسوق وشراء الملابس. اقضيا يومًا في صالون أو نادي صحي وشجعي جمالها وأنوثتها. يحتاج الأبناء ذوو الميول المثلية لأن يستقبلوا حب الوالد من نفس الجنس وقبوله وأن يستدمجوا داخلهم هذا الحب والقبول.

اقرأ أدبيات ابنك أولًا

عندما يعطيك ابنك شيئًا لتقرأه، فأفضل ما يمكنك أن تقوله هو: «شكرًا لك! حاضر، هقراه طبعًا». يساعد هذا علىٰ التعبير عن أنك تسعىٰ لتفهم وجهة نظر ابنك. سواء اتفقت أو اختلفت مع المكتوب، من المهم لك أن تتذكر أن

الهدف هو خلق ارتباط آمن، وليس إصدار الأحكام بشأن ما هو صحيح أو خاطئ.

عندما تكون قد انتهيت، ناقش معه بحرية ما قد قرأته. لا تحتاج لأن تكذب أو تتحدث برياء. إذا كنت تختلف تمامًا، قُل هذا. لكن امتلك أفكارك ومشاعرك وآراءك، وتأكد ألا تعبر عن رأيك كحقائق عامة. بالرغم من كون بعض الأشخاص ذوي الميول المثلية غير قادرين علىٰ التعامل مع المناقشات الناضجة، قد تحتاج أنت وابنك ببساطة لأن تقبلا كونكما مختلفان، [يمكننا أن نختلف الرأي ونظل متحابين ومتوادين]. قد يكون رد فعله علىٰ تعليقاتك كما لو أنها إهانات شخصية، وقد يفقد توازنه وربما يلقي بنوبة غضب. أيًّا ما يكون رد فعله، كن رؤوفًا غفورًا. من المفيد أن تتذكر أن هذا السلوك يشابه سلوك طفل في الثانية أو الثالثة من عمره مفتقر للانضباط ولم يتعلّم بعد أن ينظّم مشاعره.

إذا كان هناك صراع شعوري، دع ابنك يعلم أنك تحبه، وحاول مرة ثانية في وقت آخر. فوق كل شيء آخر، تأكّد من أن تعزز هذه الحقيقة: أنا أحبك كما أنت. هذا الأمر حاسم من أجل ترابط ناجح وتأسيس تواصل الحب بينكما.

شارك أدبياتك مع ابنك

من فضلك لا تقرأ أدبياتهم المؤيدة للمثلية الجنسية فقط لتقول: «طيب، أنا قريت، تعالىٰ اقرأ حاجتي!» بقراءتك لأدبيات ابنك، أنت تُظهر أنك تهتم حقًّا وأنك معنيٌّ بوجهة نظره. ليكن الأمر حقيقيًّا. علىٰ الأرجح، قد قرأ ابنك وسمع

فقط الأدبيات والأفكار المؤيدة للمثلية. إذا كان قد قرأ أي شيء عن الشفاء من المثلية غير المرغوبة، ففي الغالب ستكون منحازة إلىٰ عكس اتجاه هذه الإمكانية. كن صبورًا مع ابنك.

علىٰ الجانب الآخر، إذا شعرتِ أن ابنتك منفتحة لوجهة نظر مختلفة، من الممكن أن تسألي إذا كانت راغبة في أن تقرأ نشرة ما، أو تشاهد فيلمًا أو وثائقيًا معكِ أو تراجع كتابًا أو مقالة من اختيارك. بالطبع ينبغي ألا نجبر أبناءنا أن يقرؤوا أو يشاهدوا أي شيء ضد إرادتهم. ففِعلُ هذا سيخلق ببساطة سلبية وانفصالًا أكثر. تذكر أن نزعة السلوك المعاند لديهم تنشط هنا بقوة. أنت تتعامل مع طفل مجروح. اسأل نفسك قبل أن تفعل أي شيء: «هل هذا الفعل سيقرِّبنا أم سيبعدنا؟» هدف كل ما نقول ونفعل هو خلق حميمية أعظم وارتباط أكثر أمنًا. أغلب الاحتمالات هي أن ما من ابن ذي انجذابات مثلية سيتغير بقراءة كتاب، ما لم ينمو لديه الدافع لأن يسعىٰ في طلب الشفاء.

كن انتقائيًّا جدًّا بشأن ما تقدمه لابنك ليقرأه أو يشاهده، ولا تقدم أكثر من اللازم في المرة الواحدة. ركّز علىٰ كتاب واحد أو مقالة، ثم اطلب رأيه. انتظر قليلًا، ثم قدم قطعة أخرىٰ من الأدبيات. من الممكن أن تنوّع في منهاجك: اقرأ شيئًا من اقتراحه، وتناقشا فيه. ثم قدم شيئًا من اقتراحك، وتناقشا فيه. احتفظ بالحوار والتبادل قائمين. حين تتأكّد من أنك بنيت تحالفًا قويًّا، قد تجد الحرية

لتقول: «في حدود ما تعلمته، أقدر أقول إنك مش مضطر تكون مثلي. دايمًا أنت حر وعندك حق الاختيار». لكن من فضلك كن حذرًا، وإذا لم تكن متأكدًا بشأن ما تقول، فالأفضل أن تلزم الصمت. تذكر، يجب أن نفوز أولًا بقلوب أبنائنا قبل تغيير أذهانهم.

بمجرد أن تكون قد علِمت بشأن مثلية ابنك، ستبدأ في أن ترىٰ موضوع الجنسية المثلية في كل مكان تنظر إليه. كان الموضوع منتشرًا طوال الوقت، لكن لأنه صار الآن أمرًا شخصيًا، ستجد نفسك فجأة أكثر انتباهًا له. ضع في الاعتبار أن هذا الأمر ليس بالموضوع الجديد لابنتك أو ابنك، الذي قد عاش به لسنوات كثيرة. أنت هو القادم الجديد لما يسمىٰ بالعالم المثلي، وليس ابنك.

اذهب للقاءات من اختياره هو

إذا طلب منك ابنك أن تذهب معه لحضور لقاء متعلق بتوكيد الثلية، آمَلُ أن تجد لديك الشجاعة للذهاب. مرة أخرىٰ، لا تذهب للحضور من أجل أن توافق علىٰ رأي ما، أنت تذهب لتفهم ما يدور هناك. سنجد جميعنا الكثير من الحكمة إذا ما سرنا ميلًا واحدًا مكان أبنائنا، ذاهبين إلىٰ حيث يريدوننا أن نذهب، وقارئين لأي أدبيات يودوننا أن نقرأها. من الضروري أن نتعلم عن الحياة من وجهة نظرهم قبل أن نسألهم أن يعطوا فرصة للاهتمام بإمكانية التغيير.

الخطوة الثامنة
أيها الوالد من نفس الجنس: أظهر عاطفة جسدية مناسبة

يتضور الكثير من الرجال ذوي الميول المثلية جوعًا للعاطفة. لذلك فمن المهم جدًّا للآباء أن يبادروا بتقديم شكل من التلامس الجسدي وأن يقولوا كلمة: «أحبك». أعلم أن هذا من الممكن أن يكون غريبًا علىٰ رجال كثيرين لأنهم لم يختبروا ذلك -هم أنفسهم- مع آبائهم هم. إذا كانت هذه هي الحالة في أسرتك، فقد حان الوقت لصنع تغيير، وسيساعدك ابنك. في أغلب الأحيان يميل الرجال ذوو الميول المثلية للتلامس لكنهم محرومون منه. فالتلامس هو لغة الحب الابتدائية لديهم، ولكن لكونهم لم يختبروه بطرق صحية، قد يسعون له بطرق غير صحية. في قلب كل هذا، هم يتوقون للترابط الذكوري.

إذا لم تكن قد فعلت هذا من قبل، أعلِم ابنك أنك تريد أن تتواصل معه بطريقة جسدية أكثر. كن أمينًا ودعه يعرف إذا كان الأمر صعبًا عليك. ثم ابدأ في فعل هذا: احتضنه، أمسك به، وقبّله. وحين تحتضن ابنك، بدلًا من أن تقول: «هات حضن»، جرّب أن تقول: «أنا حابب إني أحضنك». أنت الأب، وهو ابنك. أنت تمنح، وهو يستقبل. ثم سيكون الأمر تبادليًّا.

مع التكرار نصل لمستوىٰ أفضل، لذا لا تستسلم. فابنك ليس فقط يريد بل يحتاج للحب والعاطفة وهو يحتاجهما منك. ولست أبالغ حين أقول إن الأمر من الممكن أن يكون مسألة حياة أو موت بالنسبة إليه. تذكّر أنه قد يبحث عن حبك بين أذرع رجال آخرين.

هذا أمرٌ أتفهمه أنا بعمق جدًّا؛ فقد كنت أتوق لعاطفة أبي. لو كان فقط أمسكني بين ذراعيه وقال: «أنا بحبك، يا ريتشارد يا بني. سامحني إني مكنتش بحضنك وأقبلك طول حياتك، ولأني معرفتكش أنت ايه بالنسبة لي»، لكنتُ ذبتُ بين ذراعيه.

أحد الأساليب لصنع هذا التغيير في علاقتك بابنك هو خلق طقوس جديدة. احتضنه في كل مرة تحيِّيه واحتضنه ثانية قبل أن يغادر بيتك. قبّله علىٰ وجنتيه وقُل: «أنا بحبك يا [استخدم اسمه الأول أو أي اسم تدليل يفضّله هو]». أمسك به بين ذراعيك. هناك صورٌ في صفحات نهاية الكتاب تظهر رجلًا ممسكًا

بابنه وامرأة ممسكة بابنتها. حتىٰ لو من الممكن أن يبدو الأمر غير وارد أو سخيفًا أن تمسك بابنك البالغ، قد يكون هذا هو بالضبط ما يحتاجه.

علىٰ الرغم من أن ابني لا يعاني من الجنسية المثلية، إلا أننا أنا وهو نعمل علىٰ شفاء علاقتنا سويًا. في إحدىٰ الندوات للشفاء للأب والابن والتي نرعاها سنويًّا، أخبرني أن كل ما كان يريده كولد أن أمسكه بين ذراعيّ. سألته، «حابب نعمل ده دلوقت الآن؟» قال، «أيوة». خلال الندوة، وبينما كنت أحتضنه، كنت واعيًا جدًّا للإحساس المطمئن الذي وصل إليه. لازلنا نداوم علىٰ إظهار العاطفة من أحدنا تجاه الآخر.

قال والد آخر كان حاضرًا للندوة مع ابنيه المراهقين: «حين رأيتُ الصورة في الكتاب، ظننتُ في نفسي، (مقدرش أعمل كدة مع ابنيّ أبدًا). لكن بعد إمساك كل منهما، بدا الأمر طبيعيًّا جدًّا. عاد بي الأمر للوقت الذي كانا فيه طفلين». كان الابنان كلاهما مستمتعين بذراعي أبيهما حولهما. ابن منهما يتعامل مع الانجذابات المثلية والآخر ليس كذلك، لكنهما الاثنين استمتعا بذلك. ينمو ويزدهر كل البشر مع التعبيرات الصحية للحب والعاطفة من والديهم.

يمكنك تعويض الوقت الضائع، فلم يفُت الأوان للشفاء. إذا كان احتضان رجل آخر يفوق قدرتك، أقترحُ أن تطلب من صديق، قس، شيخ، أو مرشد أن يساعدك كي تتعلّم. هناك رجال يشعرون بارتياح مع الحميمية، وقد تحتاج لأن تختبر استقبال تلامسهم الصحي معك قبل أن تمنح تلامسك لابنك.

كل ما قد شاركتُه للتو ينطبق علىٰ الكثير من الأمهات والبنات. تتوق -في أحيان كثيرة- النساء اللاتي يختبرن الانجذابات المثلية للتلامس الصحي والحميمية العاطفية. كلما قامت الأم بتقديم هذه الاحتياجات الأساسية، ستشعر ابنتها أكثر بأنها محبوبة، وسيتكون تواصل أقوىٰ.

تدابير احترازية

في بعض الحالات، قد يكون استعمال الوالد والابن للإمساك والاحتضان أو إظهار العاطفة الجسدية أمرًا غير حكيم. حالات كهذه من الممكن أن تكون:

١- إذا اختبر الابن إساءة جسدية أو جنسية. [حيث يجد كثير من الناجين من الاعتداءات الجنسية اللمس مهددًا لهم].

٢- إذا اختبر الابن علاقة خانقة أو تورطًا محرميًّا عاطفيًّا مع الوالد من الجنس الآخر. [وهنا قد يكون أي دخول في المساحة الشخصية أمرًا غير مرحب به].

٣- إذا لم يكن الابن ميّالًا للمس بشكل خاص؛ لا تقم أبدًا بفرض أمر التلامس الصحي علىٰ ابن غير مستعد لاستقباله.

إذا اختبر الابن إساءة جسدية أو جنسية، قد يكون من الحكمة السعي لمساعدة محترفة قبل المبادرة بأي نوع من العاطفة الجسدية. عليك أن تكون

متحسسًا لاحتياجاته أو احتياجاتها، وأن تسأل بلطف، لأن حدود الابن قد تم انتهاكها في الماضي.

إذا اختبر الابن علاقة اجتياحية أو خانقة أو تورطًا محرميًا عاطفيًا (الأم مع الابن أو الأب مع الابنة)، قد يلوم الابن بطريقة واعية أو لا واعية الوالد من نفس النوع علىٰ عدم حمايته أو حمايتها من الوالد من الجنس الآخر المُلزِم والقريب عاطفيًّا بدرجة زائدة. في أحيان كثيرة، حين لا تُسدد الاحتياجات الوجدانية أو الجسدية للحميمية لدىٰ زوجة مع زوجها لفترة طويلة من الزمن، قد تتحول إلىٰ ابنها مرهف الحساسية لتختبر نوعًا ما من القُرب. بالطبع، قد لا يكون دافعها أن تجرح الابن. لكن يكون لهذا تأثيرًا ضارًا وعميقًا علىٰ نموه النفس- جنسي. بمعنىٰ أن تستعمل الأم ابنها لتُشبع احتياجاتها غير المسددة للحب، وبالتالي يُصبح هو شريكَ حياة بديل. يخلق هذا النوع من الحميمية العاطفية والتلامس غير الصحي خوفًا عظيمًا من الأنثىٰ في قلب الابن وذهنه. تُسمي د.باتريشا لاف هذا «متلازمة التورط المحرمي الوجداني»[1]. نفس النوع من التشبيك أو العلاقة المحرمية قد تكون قد حدثت بين الأب وابنته.

---

(١) انظر لكتابها تحت نفس العنوان: باتريشا لاف.

Emotional Incest Syndrome (New York: Bantam Books, 1990).

إذا تعرض الطفل بالفعل لهذا النوع من القُرب غير الملائم مع الوالد من الجنس الآخر، قد يحمل أو تحمل ضغينة عميقة تجاه الوالد من نفس النوع: «لماذا لم توقفها؟» «أين كنتَ حين احتجتك؟» «لماذا لم تحمني منها؟» لذلك، إذا حاول أبٌ أن يبادر بإمساك ابنه أو بتلامس صحي، قد يرفض الابن سلوكًا كهذا بسبب غضبه وجرحه الكامنين من الماضي. ونفس الأمر صحيح مع ابنة تجاه أمها، لأنها هي أيضًا كانت تشعر بأنها غير محمية.

فيما يخص الفئة الثالثة، إذا كان ابنك غير ميال للتلامس بشكل خاص، يحتاج هذا لتمييز. أولئك الذين يختبرون الانجذابات لنفس الجنس هم غير متلامسين مع إحساسهم الفطري لهوية النوع. وكما قد تناقشنا، تطور هذا علىٰ مدىٰ فترة من الزمن بسبب الكثير من العوامل المؤثرة، مثل الترابط غير الكافي مع الوالد من نفس النوع، الارتباط الزائد مع الوالد من الجنس الآخر، نقصان الترابط مع الأقران من نفس النوع، الحساسية المفرطة، الإساءة الجنسية، جروح صورة الجسم وما إلىٰ ذلك. كنتيجة لهذه الأشياء ومتغيرات أخرىٰ، كوّن هو أو كونت هي في الكثير من الوقت انفصالًا دفاعيًّا ناحية الوالد من نفس النوع والأقران من نفس النوع.

ولذلك، فإن مبادراتك نحو تأسيس علاقة صحية واضحة قد تلاقِي بعض المقاومةً، وسأتطرق لهذه المقاومة في القسم التالي. النقطة الأساسية هنا هي أن

تستخدم أفضل تمييز لديك لتميّز ما إذا كان ابنك يُبدي انفصالًا دفاعيًّا نحوك بسبب جرح في الماضي، أم يُبدي معارضة لأنه غير ميال للتلامس بالفعل. من الممكن أن تتناقش مع شريك حياتك والأبناء الآخرين لتحديد أي الأمور هي الحادثة في هذا الموقف.

إذا كان ابنك أو من تحب قد أسيء إليه جنسيًّا أو جسديًّا من قِبل أي شخص، علىٰ سبيل المثال، أحد الوالدين، قريب، جار، أو صديق، أو إذا كانت هناك علاقة محارم عاطفية بين الوالدة والابن، أو إذا كان الابن ليس ميالًا للتلامس، من فضلك كن حذرًا عند اقتراح أو المبادرة بأحضان صحية أو بإمساك. قد يُفسَر هذا بأنه تلاعب وأنه طريقة لتجاوز ضرورة إصلاح لأمور عالقة في منظومة الأسرة. مرة أخرىٰ، في كل الحالات ساند شفاء ابنك عن طريق السعي للحصول علىٰ مساعدة محترفة لكل أفراد العائلة الذين يتعلق الأمر بهم.

دافعك وراء تقديم التلامس الصحي هو أهم من أي شيء آخر. اسأل نفسك السؤال التالي: هل أقوم بذلك لأجلي أم لأجله؟ وما من شك أنه يجب أن يكون فقط من أجل ابنك أو ابنتك.

توقّع الرفض

حتىٰ مع الأبناء الذين لم يُنتهكوا أو يساء إليهم في الماضي، فإن محاولاتك للتعبير عن العاطفة ناحيتهم من خلال التلامس الصحي قد تُلاقىٰ بالرفض أيضًا. وحتىٰ لو كان هذا هو عين ما يحتاجه الأشخاص ذوو الميول المثلية، إلا أنهم قد يصدّون محاولاتك للحميمية. لماذا؟ لأن في أعماقهم هناك طفل صغير مجروح وغاضب مطالبًا، «أين كنتَ حين احتجتك؟ لماذا الآن؟ لماذا لم تكن حينها؟ أنا مجروح ولن أسمح لك بالدخول».

أيتها الأم رجاءً، لا تقبلي رفض ابنتك. إنها تحتاجك، حتىٰ ولو رفضتكِ مرة تلو الأخرىٰ، فهي في انتظارك كي تخترقي دفاعاتها وتُحرّريها. أناشدُكِ ألا تنسحبي. كوني صبورة وتخيليها -فقط- كبنت صغيرة مجروحة، وذلك كل مرة تعطيها حضنًا. تخيلي أنك تتكلمين إلىٰ البنت الصغيرة المجروحة، لا إلىٰ ابنتك المراهقة أو البالغة. جرّبي أن تتكلمي برفق إلىٰ هذه الطفلة المجروحة وقولي: «أنا بحبك، ومش هسيبك». أيها الأب، ينطبق عليك الشيء ذاته مع ابنك.

كان أحد الآباء يظهر عاطفته وبانتظام لابنه البالغ من العمر سبعة عشر عامًا. بينما الابن بالكاد يطيق هذه الأوقات مع أبيه، وكان دائمًا ما يعترض. بعد سنة، وحين علم الأب أن ابنه علىٰ علاقة برجل آخر، توقف عن المحاولة تمامًا. لكن الابن قال لي: «أنا غاضب جدًّا من والدي. لماذا فقد الأمل فيّ؟» في

النهاية أَخْبَرَ أباه كيف كان يشعر بخيبة أمل، وبدأ الأب -علىٰ الرغم من صعوبة ذلك- في التواصل ثانيةً (اقرأ قصتهما في نهاية هذه الخطوة). أيها الآباء، أشجعكم ألا تحبسوا عاطفتكم عن أبنائكم أو بناتكم - أيًّا ما كان الأمر.

أنهِ اضطراب في الهوية النوعية

لنراجع بعض النقاط الهامة: تحدث الانجذابات لنفس الجنس حين يكون لدىٰ الفرد ضعف تشبع بهويته النوعية. ولذلك يطلبون هويتهم بين أذرع شخص آخر من نفس النوع. ينجذبون لشركاء من نفس الجنس من أجل أن يُكملوا مراحل النمو الوجداني والاجتماعي مع نفس النوع.

يحتاج كل الأطفال إلىٰ الارتباط بالوالد من نفس الجنس، والأقران من نفس الجنس، والأقارب والإخوة من نفس الجنس. كل ما يحمل التعبير عن الارتباط هو مساهمة وجدانية للمساعدة في بناء هويتهم النوعية. لم يفُت الأوان للتغيير، وللشفاء، وللنمو، ولأن يتشبع الشخص بهويته النوعية الحقيقية. يدور الأمر حول حل جروح الطفولة وتسديد الاحتياجات غير المشبعة للحب في علاقات صحية. حين يحدث هذا، تنشأ غالبًا رغبات نحو الجنس الآخر بشكل طبيعي. وإليك مبدأ مفتاحي: لا يكون المرء رجلًا مع النساء، حتىٰ يكون رجلًا مع الرجال. يرتبط بهؤلاء ثم يرتبط بأولئك، والأمر بالمثل مع النساء.

إن الاحتياجات العادية غير المشبعة للترابط والارتباط في مرحلة ما قبل المراهقة تُختَبَر كاشتياقات جنسية بعد البلوغ. وهنا يعنونهم العالم: «أنتم

مثليون». وهذا خاطئ. فالرجال والنساء ذوو الميول المثلية هم -وببساطة- يبحثون عن الحب والترابط الصحي والحميمية مع أفراد من نفس النوع لأنهم لم يختبروا ذلك في المراحل المبكرة من نمو الطفل والمراهقة. ولن يحل الجنس أبدًا احتياجاتهم للحب والعاطفة لأن العلاقة بين المثلية والجنس هي علاقة ضعيفة. يُمثّل كل انجذاب لنفس الجنس قلبًا مكسورًا.

أنت -أيها الوالد- هو الإجابة. الترابط الصحي بين الأب والابن، الترابط الصحي بين الأم والبنت. وهذه هي بعض من الحلول الابتدائية لشفاء الانجذابات المثلية. لا تحمل هم تغيير ذهن ابنك بشأن أيديولوجية ما. إذا ما فزت بالقلب، ستفوز بالذهن أيضًا.

لكن، أحتاج أن أضيف نقطة تحذير هنا: قد يكون هناك ترابطًا بين الأبناء والوالدين، لكن بشكل غير صحي. إذا كانت هناك روابط غير صحية أو ارتباط زائد في علاقة الأم والبنت أو الأب والابن في أسرتك، فهذه الأشياء تحتاج أن تُصحّح. هل هناك شكل ما من الحميمية غير الملائمة، بحيث يكون فيها الابن معتنيًا باحتياجات أحد الوالدين؟ إذا كان الأمر كذلك، سيقف ذلك عقبةً في طريق الشفاء.

قدمتُ المشورة لشاب اسمه جمال وكان يحب أباه بملء قلبه.

كان -حرفيًّا- أقربَ صديق لوالده، وفي الحقيقة كان هو الصديق

الوحيد لوالده. كان أبوه انعزاليًا ومنفصلًا عن التفاعل الاجتماعي الصحي مع رجال آخرين، وشعر جمال أنه مسؤول عن سعادة أبيه. لماذا؟ لأن جمال افتقر للقوة الكافية ليخلص نفسه من تحالفه غير الصحي مع أبيه.

من المهم للأزواج الذين لديهم أبناء مثليو الميول أن يتذكروا أن الوالد من الجنس الآخر يحتاج أن يتراجع إلىٰ المقعد الخلفي ويمنح المزيد من المساحة للوالد من نفس الجنس (ستقرأ المزيد عن هذا في الخطوة التاسعة). أعلم أن هذا من الممكن أن يكون صعبًا، لكنه سيستحق فعلًا الجهد الضروري من أجل التغيير. أيتها الأم، من الممكن أن تعملي كجسر بين ابنك وأبيه. ساعدي ابنك علىٰ الذهاب لأبيه للحصول علىٰ عاطفته واهتمامه. أيها الأب، ساعد ابنتك أن تذهب لأمها للحصول علىٰ عاطفتها واهتمامها. يحتاج كلا الوالدان أن يعملا معًا لوضع الحب في مكانه المناسب، ولتصحيح الأوضاع.

الترابط الصحي بين الوالد والابن

لمساعدتك في تحديد الاحتياجات النمائية لدىٰ من تحب، ستجد في الجزء التالي نموذج الترابط الذكوري أولًا، ثم الأنثوي. سيستعرض هذا النموذج أنشطة محددة والتي تُعتبر ضرورية في كل مرحلة خاصة من النمو والتطور. من الممكن أن تستخدمه كدليل لتقفّي آثار العلاقة مع ابنك/ ابنتك، وإعادتها إلىٰ نصابها الصحيح.

المراحل النمائية للذكور

المرحلة الأولىٰ: الترابط (من الميلاد وحتىٰ عام ونصف)

١- يحمل الوالدان الرضيع.

٢- يتلاقيان النظر.

٣- يحملان رأسه علىٰ صدريهما، ليدعاه يشعر بنبضات قلبيهما.

٤- يلمسان جلده بدفء.

٥- يقبلانه.

المرحلة الثانية: الانفصال/ التمايز/ التفاضل (١,٥ إلىٰ ٣ أعوام)

١- يحمل الوالدان الطفل الصغير. يشعر الابن أنه آمن بين أذرعهما، ما يؤسس ترابطًا وارتباطًا آمنًا.

٢- يتلاقيان النظر.

٣- يلمسانه ويقبلانه بطريقة صحية.

٤- يقوم الأب والابن بالاستحمام في حوض الاستحمام معًا.

٥- يلعب الأب مع ابنه، قاذفًا إياه في الهواء، منخرطين في أنشطة خشنة، بشقاوة في اللعب.

٦- رسم الحدود: يسمح له الوالدان أن يستكشف (الحبو والمشي بعيدًا)

بينما يضعان حدودًا ملائمة للحماية.

٧- يقبل الطفل ضبط الوالدين لكنه يشعر أيضًا بالقوة الكافية لينفصل ويتمايز (ليس مضطرًّا لأن «يعتني» باحتياجات والديه).

٨- يسمح الأب للابن أن يغضب (علىٰ سبيل المثال: يسمع غضبه بشأن ماما ويساعد في إبطال مفعول الاحتكاك في علاقة الأم مع الابن).

المرحلة الثالثة: التحضير لحياة اجتماعية (٣ إلىٰ ٦ سنوات)

١- يلعب الأب والابن ألعابًا، ورياضات، وأنشطة خشنة، ومصارعة.

٢- كلا الوالدين يحملانه ويقبلانه، مؤكدين علىٰ ارتباطه الآمن.

٣- يُقدم الأب نموذجًا للتعبير الصحي عن المشاعر، يعلم الابن كيف ينظم أحاسيسه، ليعبر عنها بطرق صحية ولا يسقطها علىٰ الغير.

٤- يستحم الأب والابن تحت الدُش معًا، فيشعر الابن بالراحة كولد مع أبيه، ويكون «عريانًا ولا يخجل»، شاعرًا بالراحة مع جسمه. يتبولان -إن دعت الحاجة- أيضًا معًا، فلا يكون الولد فيما بعد خجلانًا من التبول في حضور أولاد آخرين.

٥- في هذا السن يكون الولد في الكثير من الأحيان في حالة حب لماما (المرحلة الأوديبة). يحتاج بابا أن يحب ماما ويساعد ابنه أن يَعبُر المشاعر المضادة عن طريق تقديم النموذج للحب الصحي والحميمية بين الزوج والزوجة.

٦- يحتاج الولد لأن يلعب مع أولاد آخرين ليشعر بالثقة في هويته النوعية.

المرحلة الرابعة: ما قبل المراهقة (٦ إلىٰ ١٢ أو ١٣ سنة)

١- التلامس الصحي بين الوالدين والابن: الإمساك، التعانق بالذراع حول الكتف، الاحتضان، الإمساك بالأيدي، التقبيل.

٢- يستحم الأب والابن تحت الدُش معًا إلىٰ أن يشعر الابن -من نفسه- بعدم الارتياح لذلك، بسبب التغيرات الجسمانية والوجدانية (بداية البلوغ).

٣- يستمر الأب والابن في لعب الألعاب، والرياضات، والألعاب الخشنة والمصارعة.

٤- الترابط المثلي - اجتماعي: يرتبط الولد مع الأقران من نفس الجنس من خلال الرياضات والألعاب والمرح والشقاوة في الأنشطة.

٥- يشعر الابن بالارتياح في محضر والده والأقران من نفس الجنس.

٦- يكون الأب هو القائد الروحي للعائلة، ويكون المعلم والمدرب لابنه.

المرحلة الخامسة: المراهقة (١٢ أو ١٣ إلىٰ ٢١ عامًا)

١- يستدمج الابن ذكورة الأب.

٢- يستدمج أيضًا الصداقة مع الأقران من نفس الجنس.

٣- يشعر أنه ذكوريّ: «أنا أنتمي».

٤- يبدأ في تطوير اهتمام بالجنس الآخر.

٥- تؤكد الأم علىٰ ذكورة الابن وتبارك هذا الميل، وتصبح هي مرشدته إلىٰ عالم النساء.

٦- تقوم الأخوات والخالات والعمات والجدتان بتشجيع ذكورة الابن عن طريق إظهار الحب الأنثوي والعاطفة الملائمين.

٧- يقدم بابا وماما نموذجًا للعلاقات الصحية بين ذكر وأنثىٰ.

٨- يتودد إلىٰ النساء، محترمًا الأنثىٰ ويتعلم المزيد عن الجنس الآخر.

٩- يتم التأكيد علىٰ ذكورته من خلال من يمثلون له مثلًا أعلىٰ من الذكور، مثل المدربين والمعلمين والقسس والشيوخ والحاخامات.

١٠- يكتشف ويستوضح هويته الجنسية: رجل بين الرجال، رجل مع امرأة.

١١- يستقل عن الأسرة، [وجدانيًا علىٰ الأقل]، مؤسسًا لهويته الخاصة، وآرائه ونظرته للعالم.

المرحلة السادسة: البلوغ (٢١ إلىٰ الشيخوخة)

١- يسعىٰ للمواعدة.

٢- الاستقلال والاعتماد المتبادل: يقف علىٰ قدميه، لكن يتواصل مع آخرين عند الاحتياج، يثق في النفس ويثق في الآخرين.

٣- يؤسس أسرته الخاصة.

٤- يحب زوجته.

٥- يحب أطفاله.

٦- يحقق غرضه ورسالته في الحياة من خلال السعي النشط نحو الأهداف والأحلام.

٧- له أصدقاء جيدون:

أ- ثنائيات: أنشطة مشتركة كأُسر.

ب- أقارب: أنشطة مشتركة كأُسر.

د- أصدقاء من الذكور: ترابط وأنشطة متبادلة.

٨- يُعطي ما أخذه لآخرين (للمجتمع، للوطن، وللعالم). يُرشِد رجالًا آخرين.

٩- النضج: يتصل مع الوالدين وحميه وحماته كبالغ (لا كطفل).

المراحل النمائية للإناث

المرحلة الأولىٰ: الترابط (من المولد وحتىٰ عام ونصف)

١- تحمل الأم والأب الرضيعة.

٢- تتلاقىٰ الأعين.

٣- يحملان رأسها علىٰ صدريهما، ليدعاها تشعر بنبضات قلبيهما.

٤- يلمسان جلدها بدفء.

٥- يقبلانها.

المرحلة الثانية: الانفصال/ التمايز/ التفاضل (١,٥ إلىٰ ٣ أعوام)

١- يحمل الوالدان الطفلة الصغيرة. تشعر الابنة أنها آمنة بين أذرعهما، ما يؤسس ترابطًا وارتباطًا آمنًا.

٢- تتلاقىٰ الأعين.

٣- يلمسانها ويقبلانها بطرق صحية.

٤- تقوم الأم والابنة بالاستحمام في حوض الاستحمام معًا.

٥- تخصص الأم وقتًا مع الابنة، متشاركتين في أنشطة أنثوية ملائمة.

٦- رسم الحدود: يسمح لها الوالدان أن تستكشف الحبو والمشي بعيدًا، بينما يضعان حدودًا ملائمة للحماية.

٧- تقبل الطفلة ضبط الوالدين لكنها تشعر أيضًا بالقوة الكافية لتنفصل وتتمايز (ليست مضطرة لأن «تعتني» باحتياجات والديها).

٨- تقدم الأم نموذجًا للأنوثة الصحية وفرحَ كونِها زوجة وأمًا.

المرحلة الثالثة: التحضير لحياة اجتماعية (٣ إلىٰ ٦ سنوات)

١- تستمر الأم في توكيد أنوثة ابنتها، مشجعة علىٰ اللعب الأنثوي الملائم والصحي.

٢- كلا الوالدين يحملانها ويقبلانها، مؤكدين علىٰ شعورها بالارتباط الآمن.

٣- تُقدم الأم نموذجًا للتعبير الصحي عن المشاعر، تعلم الابنة كيف تنظِّم أحاسيسها، لتعبر عنها بطرق صحية ولا تسقطها علىٰ آخرين.

٤- تستحم الأم والابنة في حوض الاستحمام معًا، فتشعر بالراحة مع ماما، وتكون «عريانةً ولا تخجل».

٥- في هذا السن تكون الابنة في الكثير من الأحيان في حالة حب لبابا (مرحلة إليكترا)[١]». تحتاج ماما أن تحب بابا، وتساعد الابنة أن تعبُر هذه المشاعر عن طريق تقديم النموذج للحب الصحي والحميمية بين الزوج والزوجة.

٦- تحتاج البنت لأن تلعب مع بنات أخريات لتشعر بالثقة في هويتها النوعية.

المرحلة الرابعة: ما قبل المراهقة (٦ إلىٰ ١٢ أو ١٣ سنة)

١- التلامس الصحي بين الوالدين والابنة: الإمساك، معانقة الذراع حول الكتف، الاحتضان، الإمساك بالأيدي، التقبيل.

---

(١) المرحلة المقابلة للمرحلة الأوديبية في الفتيات.

٢- تستحم الأم والابنة في حوض الاستحمام معًا إلىٰ أن تشعر البنت -من نفسها- بعدم الارتياح (لمرورها بتغيرات الجسم).

٣- تلعب الأم والابنة معًا، متشاركتين في الأنشطة الأنثوية.

٤- الترابط المثلي - اجتماعي: ترتبط الابنة مع بنات أخريات من خلال اللعب وممارسة الألعاب وما إلىٰ ذلك.

٥- تشعر الابنة بالارتياح في محضر ماما والبنات الأخريات.

٦- يكون الأب هو القائد الروحي للعائلة، ويكون مرشد ابنته إلىٰ عالم الرجال.

المرحلة الخامسة: المراهقة (١٢ أو ١٣ إلىٰ ٢١ عامًا)

١- تستدمج البنت أنوثة الأم.

٢- تستدمج الصداقات مع القرينات.

٣- تشعر أنها أنثوية: «أنا أنتمي».

٤- تبدأ في تطوير اهتمام بالجنس الآخر.

٥- الأب مهم للتأكيد علىٰ أنوثة الابنة ويصبح هو مرشدها.

٦- يقوم الإخوة والأعمام والأخوال والجدود بتشجيع أنوثة البنت عن طريق إظهار الحب الذكوري والعاطفة الملائمين.

٧- يقدم بابا وماما نموذجًا للعلاقات الصحية بين ذكر وأنثىٰ.

٨- تتودد إلىٰ الرجال، محترمَة للذكر وتتعلم المزيد عن الجنس الآخر.

٩- يتم التأكيد علىٰ أنوثتها من خلال من يمثلون مثلًا أعلىٰ من الإناث، مثل المدربات والمعلمات والقسيسات والحاخامات.

١٠- تكتشف وتستوضح هويتها الجنسية: امرأة بين النساء، امرأة مع رجل.

١١- تنفصل (نفسيًا علىٰ الأقل) من الأسرة، مؤسسةً لهويتها الخاصة، وآرائها ونظرتها للعالم.

المرحلة السادسة: البلوغ (٢١ إلىٰ الشيخوخة)

١- تطلب الزواج.

٢- الاستقلال والاعتماد المتبادل: تقف علىٰ قدميها، لكن تتواصل مع آخرين عند الاحتياج. تثق في النفس وتثق في الآخرين.

٣- تؤسس أسرتها الخاصة.

٤- تحب زوجها.

٥- تحب أطفالها.

٦- تحقق غرضها ورسالتها في الحياة من خلال السعي النشط نحو الأهداف والأحلام.

٧- لها أصدقاء جيدون:

أ- ثنائيات: أنشطة مشتركة كأُسر.

ب- أقارب: أنشطة مشتركة كأُسر.

جـ- صديقات: ترابط وأنشطة متبادلة.

٨- تُعطي ما أخذته لآخرين (للمجتمع، للوطن، وللعالم). تُرشِد نساءً أخريات.

٩- النضج: تتصل مع الوالدين وحميها وحماتها كبالغة (لا كطفلة).

إذا كان ابنك لا يزال صغيرًا، تستطيع أن تستخدم المعلومات السابقة كخارطة طريق للمسؤوليات الملقاة عليك في التربية. أما إذا ما كان ابنك راشدًا، فمن الممكن أن تستخدمها لتحديد المراحل التي فُقدت فيها مهام نمائية ضرورية. إذا لم تكن قادرًا علىٰ تسديد ذلك الاحتياج اليوم، من فضلك احتفظ بسلامك. وأنا أدعو الله أن يوفّر رجالًا ونساءً آخرين ليعينوا أبناءك.

أيها الأب، بينما يكبر ابنك، قد تريد أن تفكّر في تحديد الوقت الذي تقضيه بعيدًا عن المنزل من أجل أن تكرّس اهتمامًا أكثر لابنك ولتقوّي رابطتك معه. أيتها الأم، من الممكن أن تفكّري في فعل الشيء ذاته من أجل ابنتك. الأبناء هم ميراث رائع، وقضاء وقت معهم هو أفضل استثمار علىٰ الإطلاق.

رحلة زوج وزوجة

أنا وزوجتي راعيان كنسيان. ذهبنا لمحاضرة قدّمها ريتشارد بعد أن أخبرنا ابننا بأسبوعين -بكثير من المعاناة والدموع الكثيرة- أنه ينجذب لنفس جنسه. وعلىٰ الرغم من قناعتنا بأن الناس يولدون هكذا، لم نكن نريد أن يكون الأمر هكذا بالنسبة له، بسبب الاضطهاد المحتمل والعذاب الذي سيتحمله دون شك في العيش بجنسانيته التي ولد بها، علىٰ حد اعتقادنا. لكن لم نعترف قط لأي من أبنائنا أننا لم نكن قادرين علىٰ مصالحة اعتقادنا هذا مع كلام الله.

ذهبنا لنسمع ريتشارد وهو يتكلم عن فهم الجنسية المثلية وعلاجها. جلسنا قرب الجزء الخلفي حتىٰ نستطيع المغادرة «إذا أخذ الحوار مسارًا غريبًا». لمستْ شهادتُه الملتهبة بشأن صراعه الذي استمر لمدة ثلاثين عامًا مع الانجذابات غير المرغوبة لنفس الجنس قلوبَنا وأذهانَنا علىٰ مستوىٰ لم نكن اختبرناه من قبل. وعلىٰ الرغم من أننا شعرنا بالتوتر في البداية حين قال، «ما من أحد وُلد مثليًّا، وبمقدور الناس اختيار أقدارهم»، إلا أن هذا فسّر بالكثير من المنطق، الكثير مما كنا قد اختبرناه كأسرة بينما كنا نربّي ابننا وابنتنا. وحين غادرنا القاعة، كنا عاجزين علىٰ الكلام.

اشترينا كتاب «الآخر القريب«، وعُدنا للمنزل تلك الليلة وشاركنا بتردد هذا التنظير -الجديد جذريًّا- مع ابننا. كان غاضبًا من اهتمامنا بهذا المنهاج، وحانقًا

للغاية من إمكانية أن نفكر -حتىٰ- في اتجاه جديد، لكن لحسن الحظ، كان مستعدًّا لأن يستمع.

قرأتُ أنا وزوجتي الكتاب ووجدنا حقيقة أسرتنا موصوفة في معظم صفحاته. ولكم كنا عميانًا! لقد انطوت علينا بكل إخلاصٍ خرافة «وُلدوا هكذا ولا يستطيعون التغيّر». أدركنا في الحقيقة أن هذه الخرافة كانت قد تغلغلت في تعليمنا اللاهوتي وأساسياتنا اللاهوتية. تحدّت هذه الأفكار الجديدة تلك الأسطورة. كما قد اكتشفنا حقيقة مُحبّة ولها ما يؤيدها بدقّة من كلام الله. علمنا أن الله لا يُعجزه شيء، وهو إلهٌ مُحِب، وحاشاه أن يُهمل خلقه. كنا قد تحاشينا مواجهة الحقيقة التي لم نكن نستطيع أن نصالحها مع كلمته، لكننا أيضًا علمنا أن الحب هو الإجابة وليس الإصدار المتعالي للأحكام أو الخزي. كنا قبلها غير مرتاحين مع مجموعات خاصة، وكنائس وطوائف كانت تسمّي المثلية خطيئة، وكانوا يزعمون إمكان صرفها: «من خلال الدعاء والصلاة». كنا نعلم أن ذلك لم يكن صحيحًا أيضًا.

علىٰ الرغم غضب ابننا لتحول موقفنا ١٨٠ درجة، إلا أنه كان مستعدًّا أن يقرأ الكتاب، وكان بإمكاننا أن نقول إنه كان يجد المعنىٰ في بعض الأشياء التي كان يقرؤها. من بين العشرة متغيرات المحتملة المذكورة في الكتاب والتي تسبب الانجذابات المثلية، أدركنا أن بإمكاننا التعرّف علىٰ ثمانية منهم. قررنا أن نذهب

إلىٰ منطقة واشنطون لأجل جلسة شفاء أسري مع ريتشارد. كنا نشعر بالامتنان جدًّا لأن ابننا كان مستعدًّا للحضور.

كانت هذه هي واحدة من أعظم الخبرات التي لا يمكن تصديقها في حياتنا. علىٰ الرغم من أننا دائمًا ما كنا نهتم أحدنا بالآخر بحب جامح، إلا أننا أدركنا من خلال العلاج الأسري أن ديناميات علاقتنا كزوج وزوجة وكراعي كنيسة وراعية كانت قد أثرت بشكل عميق علىٰ ابننا وابنتنا. بشكل خاص، كانت قد ساهمت في انجذاب ابننا لنفس الجنس. علاوة علىٰ ذلك، فإن بعضًا من جروحنا واحتياجات الطفولة تم استخراجُها، وبدأنا في أن نرىٰ كيف أثرت هذه الأشياء علىٰ انفصال ابننا عني والارتباط الزائد بأمه.

بدأتُ في إدراك حقيقة أنّي -نفسي- كانت لي علاقة متباعدة مع أبي. وبسبب هذا كنت أميلُ للبقاء علىٰ مسافة ما، أو أكون غير متاح وجدانيًّا. كانت تلك هي طريقتي المفضلة للتكيّف كطفل ولاحقًا كراشد. أدركتْ زوجتي أنها كانت قد أتت من عِرقٍ أسري تُهيمن فيه النساء، وأن الرجال -بطريقةً أو بأخرىٰ- كانوا كما لو أنهم مروضون بشكل غير مباشر. كانت أيضًا قد اختبرتْ أمورًا من الهجر والرفض كطفلة، مما قادها لتكون بالغة متطلبة. أدركَتْ أنها كانت قد توقعتْ عن غير قصد أن يعتني ابننا ببعض من تلك الاحتياجات. كشف العلاج الأسري عن بعض من نقاطنا العمياء، وغيّر من حياتنا بطرق لم نكن نتخيلها من قبل قط.

علىٰ الرغم من أن الأمر كان صعبًا في البداية، إلا أن زوجتي اتخذت مقعدًا خلفيًّا فيما يخص أسرتنا. في أوقات كانت تصمت علىٰ المائدة وكان هذا يسمح لي ولابني أن نتحادث كما لم نفعل من قبل. أما بالنسبة لي، فقد بدأت في التركيز علىٰ أن أكون متواجدًا وجدانيًّا. قمت بممارسة الإنصات الفعَّال، وكنت أحاول ألا أقوم برد الفعل، بل بالأحرىٰ أعيد صياغة ما سمعتُ وأجيب بأسئلة. أدركت أنه كان أكثر أهمية لي أن أكون علىٰ علاقة به عن أن أكون محقًّا طول الوقت.

كانت العناية بقلبي ونفسي علىٰ أعلىٰ درجة من الأهمية لعملية الشفاء. تربيتُ بطرق غير صحية بينما كنت أكبر. والآن أتلامس مع طفلي الداخلي الخاص بي، وهو يعلمني دروسًا هامة. أتعلم أن أحتفل بشكل أكثر بعملية نموي لأصبح الرجل الذي خلقني الله لأكونه. تُدرك زوجتي تمامًا نموها لتصبح المرأة التي خلقها الله لتكونها أيضًا. أدركنا أن جرأة ابننا في المشاركة بانجذابه لنفس الجنس كانت بمثابة الإفراج الذي كانت أسرتنا بحاجةً إليه لنبدأ عملية الشفاء والاكتمال.

أخيرًا كنا حقيقيين وأصيلين أحدنا مع الآخر، وسمح هذا لابننا أن يبدأ في التعبير عن جروح الطفولة واحتياجاته غير المسددة. بدأ في مشاركة معاناته معنا. أخبرنا كيف اختبر رفض الأقران وانتقادهم. كنا نعرف أن ابننا لديه روح مرهفة،

وأن ابننا وابنتنا كليهما كانا مشوشين بشأن الأدوار الخاصة بالذكور والإناث داخل أسرتنا. نتحمل أنا وزوجتي الآن مسؤولية إخفاقاتنا في الماضي، وأسرتنا الآن تُشفىٰ.

كجزء من البرنامج العلاجي لأسرتنا، كنت أمسك بابني مرات عديدة في الأسبوع. في أغلب الأحيان، كان فقط يجلس هناك، غير راغب في أن يكون في محضري أو بين ذراعيّ. لكني عقدت العزم علىٰ أن أستردَّه ثانيةً! بكل أمانة، كان الأمر مرهقًا. وكانت هناك الكثير من الإخفاقات في الطريق. بعد عامٍ من فعل هذا، وجد رفيقًا لذا اعتقدتُ أن الأمر لا يُجدي نفعًا، وتوقفتُ عن الإمساك بابني.

بعد أسبوع أتىٰ إليّ وقال: «بابا، أشعر أني مجروح جدًّا لأنك فقدتَ الأمل فيّ وتوقفتَ عن الإمساك بي». صُدمتُ، وشعرت بالاتضاع. وصمّمتُ ألا أستسلم هذه المرة، أيًّا كان ما سيحدث. وبناء عليه استأنفنا جلساتنا الأسبوعية. وعلىٰ الرغم من أنه كان لا يزال لديه رفيقٌ، إلا أنني حاربت بجهد لأربحه ثانيةً. ومع الوقت، تهاوت تلك العلاقة بالفعل.

تخرّج ابننا في المدرسة الثانوية واتجه ليتدرب مع شركة مسرحية محترفة. كان غارقًا في العالم «المثلي» لكنه كان تعيسًا للغاية. ثم حدثت معجزة. التقىٰ بمجموعة رائعة من الرجال والنساء من كنيسة ما، وأحاطته هذه المجموعة بحب

وعاطفة لا يصدقان. قدموا له الدعوة لينتقل لبيت مع أفراد آخرين مع مجموعة الشباب. ففعل هذا. أكثر فأكثر، بينما كان يستقبل التوكيد الإيجابي من الأقران من نفس النوع، والاهتمام الذي لم يكن قد اختبره في حياته قط، رأينا الأسوار المحيطة بقلبه تذوب يومًا فيومًا. بدأ ابننا في استرداد الحياة، في الواقع كان يُزهر وكان إيمانه يلتهب ثانيةً لأول مرة خلال سنوات.

الآن هو عاقد العزم علىٰ الشفاء من مثليته. فقد طلب بنفسه جلسة ثانية للشفاء الأسري لحل الأمور المتبقية بينه وبيننا وداخل نفسه. مؤخرًا عاد للبيت وقد أصبح يشارك إيمانه والحرية اللذين اكتشفهما حديثًا مع أصدقائه المقربين. بل وقف أيضًا أمام جمهور الكنيسة وشارك باختبار التغيير لديه. كانت هذه الحقيقة الجديدة بركة لنا بشكل فريد.

لا نزال نتعامل مع مشاعر الغضب لدينا من تلك الخرافة، وكيف تُدمر حياة الكثيرين وتحرم الكثير من الناس شخصهم الحقيقي. نشعر بالامتنان أننا نستطيع أن نسخّر بعضًا من هذا الغضب ونوجهه نحو مساعدة أناس آخرين ليدركوا إمكانية التغيير. إنني أنني أنا وزوجتي نتصالح الآن مع منظورنا الجديد وتأمُّلِنا في الطريقة التي أثرت بها الخرافة علىٰ حياتنا، وعلىٰ تعليمنا اللاهوتي، وعلىٰ عائلتنا الكنسية. لدينا أمل. تختبر أسرتنا الآن اكتشافًا جديدًا من الفرح والشفاء والاكتمال. الحمد لله.

الخطوة التاسعة
الوالد من الجنس الآخر ..
خذ خطوتين للخلف

إن الصلة بين الوالد والابن هي العلاقة الأساسية التي تحكم العالم. إذا كانت قوية ومتينة كان لدينا رجال ونساء أصحاء، وإذا كانت مكسورة ومفتتة كان لدينا عالمٌ جريح. في الصفحات السابقة تعرفنا علىٰ فكرة أنه عند محاولة استعادة صلة آمنة مع أحد الأحباء من ذوي الميول المثلية، يجب علىٰ الوالد من الجنس الآخر أن يتراجع عن الانخراط الشديد مع الابن. وفي نفس الوقت، علىٰ الوالد من نفس الجنس أن يصبح أكثر تشاركًا مع الابن أو البنت. وهنا سننظر بشكل أقرب لكيفية تطبيق هذه الأفكار في الأُسر.

أيتها الأم، حان الوقت لتسمحي لابنك أن يشارك بجزء أكبر من نفسه مع أبيه. يعني ذلك أن تبذلي قصارىٰ جهدك لتيسير ذلك. ابدئي بالشرح لابنك أن

زوجك ينتوي أن يكون أكثر انخراطًا في حياته، وأنك تشجعينه علىٰ أن يفعل الأمر ذاته. تستطيعين أن تخلقي تحالفًا جديدًا من الحب بين ابنك وأبيه وبناء جسرٍ بينهما.

في البداية قد يشعر ابنك بالحزن لأنه يظن بطريقة ما أن الصلة القوية التي قد نمت بينكما أنتما الاثنين ستكون في خطر، وقد يختبر هذا كهجرٍ. أعلميه (مستخدمة مهارات التواصل الجيد، مثل النظر في عينيه، والإمساك بيديه، واستخدام جُمل «أنا») أنك تحبينه، وأنك -فقط- تريدين الأفضل له. من الممكن أن تقولي شيئًا مثل: «مهم تكون قريب من بابا. أنا عارفة قد ايه ده صعب بالنسبة لك. أرجوك، اسمح له يدخل قلبك».

قد ترغبين بعدئذ في أن تضيفي الكلمات السحرية: «من فضلك، يا حبيبي، اعمل ده عشان خاطري». هذه الكلمات الأربع: «اعمل ده عشان خاطري» قوية جدًّا. يريد كل ابن، بغض النظر عن العُمر، أن يرضي أبويه. هي غريزة لدىٰ جميعنا لأننا نحتاج لحب والدينا. افعلي كل ما تستطيعين لتساعدي ابنك في أن يترابط مع أبيه، وإلا فقد يقضي بقية حياته باحثًا عن حب أبيه بين أذرع رجال آخرين.

ينطبق الأمر ذاته علىٰ البنت مثلية الميول. أيها الأب، حان الوقت أن تتخذ مقعدًا خلفيًّا وتوجّه ابنتك لأمها.

في الوقت ذاته، بينما تعملين مع ابنك، ستحتاجين -أيضًا- لدعم زوجك. شجعيه أن يصبح أكثر انخراطًا في عالم ابنه، لكن من فضلك لا تضغطي أو تتذمري أو تُجبِري. سيشعر حينها كولد صغير شقيّ ويراك كالأم المتحكمة. كوني حكيمة، والنساء بالطبيعة حكيمات، واجعليه يظن أن أفكارًا جيدة كهذه هي بالتأكيد أفكاره هو. «قد يكون الرجال رأس الجسد، لكن النساء هن الرقبة!» كان هذا هو تعليق الأم في فيلم: The Big fat Greek wedding. (مرة أخرىٰ، أيها الأب: شجع زوجتك بلطف أن تقترب من ابنتكما).

إحدىٰ الأمهات في فصلنا الدراسي عن بُعد رأت وضعها الجيد كوضع الطيار المساعد بدلًا من أن تكون الطيار المسؤول وتتحمّل مسؤولية كل شيء. من الممكن أن يكون هذا تشبيهًا مفيدًا للوالدين وهما يحاولان قيادة السفينة لاتجاه جديد.

لا يمكنك الحصول علىٰ مياه من بئر جاف

أحد الأزواج الذين قدمتُ لهما المشورة منذ عدة سنوات كانا قويين في معتقداتهما الدينية وكانا يحبان أبناءهما الأربعة من كل قلبيهما. اقترحت طرقًا من الممكن للأب أن يقترب بها من ابنه ذي الميول المثلية. وبالرغم من أنه أب محب، إلا أنه لم يكن رجلًا عاطفيًّا بشكل خاص، لذا كان مقاومًا للقيام بالعمل

الضروري لاجتذاب ابنه له. واليوم ابنه علىٰ علاقة برجل يكبره بخمسة عشر عامًا. يظهر هذا النمط بشكل متكرر، إشارة إلىٰ أن الابن يبحث عن مرشد ومدربٍ قوي وأكبر منه ليحبه ويعتني به، رجلٍ يملأ دورَ نموذج الأب المتاح وجدانيًّا.

في هذا الحالة، كانت الأم محبَطة جدًّا من قلة مجهود زوجها لدرجة أنها انفجرت يومًا ما: «إذا أصيب بالإيدز ومات، سأحملّك جزءًا من المسؤولية!» لا يوجد كلام أكثر مباشرةً من هذا. كثيرًا ما سمعت بنفسي من زوجات كثيرات ممن يرتبكن جدًّا لأن أزواجهن لا يفعلون كل ما بوسعهم لخلق ارتباط آمن بينهم وبين أبنائهم. اقتراحي المتواضع هو هذا: لا تطلبي الماء من بئرٍ جاف.

إذا كان للأب القدرة الوجدانية أن يعطي من نفسه، لكان فعل هذا من قبل. أقترح شيئين.

أولًا: خذي خطوة للوراء لتخلقي فراغًا في العلاقة مع ابنك ذي الميول المثلية. وها هو مثال: توقفي عن الكلام الكثير حين تكونون أنتم الثلاثة معًا. سيخلق صمتَكِ المساحة الضرورية ليقود شخصٌ آخر المحادثة. ربما سيبدأ ابنُكِ وأبوه في التكلم أحدهما للآخر. إذا فعلا هذا، من فضلك لا تقاطعي.

ثانيًا: إذا كان زوجك غير قادر أن يتواصل مع ابنكما، ابحثي عن رجال آخرين يتحدثون لغة/لغات الحب الخاصة بابنكما. علىٰ سبيل المثال: أعمام،

أخوال، الجدان، أبناء العمومة أو رجال من الكنيسة أو المسجد. في نفس الوقت، تخلّي عن التحكمات وتوقفي عن المطالبة بأن يعطي زوجك من نفسه. قد ترغبين في التحدث إلىٰ: شيخ، أو كاهن أو حاخام بشأن مساعدتك في البحث لابنك عن نماذج موثوق فيها لمثل أعلىٰ من الذكور.

لقد استغرق الأمر وقتًا طويلًا وجهدًا لأجد الرجال الذين أرشدوني ودربوني. لم يكن لدىٰ أبي شيئًا ليعطيه. لذا كان لزامًا عليّ أن أسعىٰ سعيًا نشطًا وأن أعلّم رجالًا ما كنت أحتاجه. تلقيتُ ما يقرب من خمسة عشر رفضًا -أو أكثر- قبل أن أجد الرجال الثلاثة الذين أحبونني حبًّا مُحْييًا. بدونهم لكان من الممكن ألا أكون حيًّا اليوم. هذه هي معركة من أجل حياة ابنك. ابحث عن مرشدين ومدربين لابنك يكونون مُحبّين وداعمين (انظر الخطوة الثانية عشرة).

شجّع وأكد إيجابيًّا علىٰ هوية النوع لابنك

بينما تُقَوّي من روابط ابنك مع والده من نفس الجنس، لا تنسَ التشجيع. أيتها الأم، قدمي إطراءً لابنك. أخبريه كم هو ذكوري وقوي. أيها الأب، امتدح ابنتك. أخبرها كم هي جميلة وحلوة وأنثوية. لا يمكن قط للبنات والنساء، والأولاد والرجال أن يصلوا لدرجة الكفاية من سماع المديح المُخلِص غير راغبين في المزيد منه.

من المهم أيضًا للوالدين أن يتكلما أحدهما عن الآخر باحترام. أيتها الأم، لا تعلّقي تعليقات مذمّة عن الأب (أو عن الرجال بشكل عام) أمام ابنك. بل علىٰ العكس، تكلمي بإيجابية عن زوجك. أيها الأب، لا تُهِن أو تسخر من زوجتك أو من النساء أمام ابنتك. وبدلًا عن ذلك، تكلم بحب عن زوجتك. الأمهات في منتهىٰ الأهمية في خلق رجال أصحاء، كما أن الآباء أساسيون في خلق نساء صحيحات.

نحتاج جميعنا أن نختبر التأكيد الإيجابي للنوع من الوالد من الجنس الآخر. يُعتبر هذا حاسمًا بشكل خاص في سنين المراهقة في مراحل النمو النفس - جنسي والنفس - اجتماعي. إذا فاتك الأمر حينها، لا تيأس، لأن الوقت لم يفت لابنك أن يسمع كلمات التشجيع الأبوية. وإذا كنت معتمدًا علىٰ ابنك للدعم الوجداني، حان الوقت لأن يكون لك محادثة جادة معه. رسالتك هي: «لست مسؤولًا عن أن تعتني بي». أطلق ابنك حرًّا ليكون من هو. نحن هنا لنعتني بأبنائنا، لكنهم قد يكونون قد أساؤوا فهم من هو المعتني حقيقةً.

قصة أم

حين دُعينا لمكتب القس، كنا نعرف أن ابننا آندي كانت لديه بعض الصعوبات مع كنيسته، والتي كان مواظبًا علىٰ الذهاب إليها لأكثر من عشرين عامًا. كان آندي في درس الكتاب مع قس كنيستنا. كانا قد حفظا من الكتاب المقدس معًا وكوّنا صداقة قوية. لكننا وقتها أنا وزوجي جيم رأينا تغيرًا في حضور آندي للكنيسة، ولم يعد يحضر درس الكتاب. وكان يبدو أنه كان لديه غضبٌ نحو القس والكنيسة بشكل عام.

ما سمعناه ذلك اليوم تركنا مخدرين بصدمة ومملوئين بالتشوش. علمنا أن آندي كان متورطًا في علاقة مع شاب في المجموعة. كان القس قد حاول أن يساعده، وقد شجعه علىٰ أن يتحدث إلينا بشأن الإساءة التي تعرض لها في سن الرابعة عشر حين كان يقضي وقتًا مع آدم، قائد الشباب، في منزل آدم. عندما سأل القس آندي لماذا لم يخبرنا بشأن الحادث، أشار إلىٰ أنه كان -بشكلٍ ما- مُلجمًا عن مناقشة الأمر معنا. طلب القس من آندي -الذي هو الآن رجل مطافئ- أن يواجه قائد الشباب، لكن لم تكن لديه الجرأة ليفعل ذلك.

حين واجه جيم آدم في مكتب القس، كان هذا من أصعب الأشياء التي قد فعلها علىٰ الإطلاق. كان آدم قد أصبح أقرب صديق لجيم علىٰ مدىٰ الخمسة عشر عامًا الماضية. استمرتْ صدمةُ هذه الاكتشافات لأكثر من عام. ارتكبنا

الكثير من الأخطاء، لكننا فعلنا بعض الأشياء الصحيحة، بما في ذلك بناء فريق للمساندة لنشاركهم الآلام والدعاء. صام القس وصلىٰ معنا لمدة أربعين يومًا. وكان يأتي لمنزلنا مرات كثيرة لمشاركتنا ودعمنا لنعبر تلك الأيام الصعبة.

تعلمنا كل شيء بإمكاننا تعلمه عن الجنسية المثلية، والإساءة الجنسية. ذهبنا لحضور مؤتمر بعنوان: «بالحب نربح»، والذي ساعدنا، لكننا كنا نحتاج مساعدة لأسرتنا ولأنفسنا. بعد المشورة مع اثنين مختلفين من المعالجين، شعرنا بالامتنان لأننا وجدنا بعض المساعدة الحقيقية في كتاب: «الآخر القريب». لأول مرة، تمت الإجابة علىٰ أسئلة لدينا، وفهمنا أكثر عما الحدث، وكيف أخرجه عن مساره في طريقه للرجولة في بدايات مراهقته. توقفنا عن لوم أنفسنا ولوم أحدنا للآخر، وبدأنا في العمل علىٰ حل المشكلة.

إحدىٰ أكثر الخبرات فائدة كانت حضور الفصل الدراسي عن بُعد للوالدين. كانت لدينا شكوكنا، لكن في النهاية سعينا للمشورة من ريتشارد. كان جيم مصنِّفًا نفسه أن لديه «رهاب المثلية». بقدر ما كان يحب ابننا، كان يشعر أنه من غير الممكن أن يقبله كما هو. كان يشعر بعدم الارتياح في قضاء الوقت مع آندي وأصدقائه. كان في أحيان كثيرة يشعر أنه مثبط العزيمة للدرجة التي عانىٰ فيها من الاكتئاب.

كنت مذهولة من تغيّر قلب جيم بعد الجلسة الأولىٰ. حصلنا علىٰ المساعدة في جوانب كثيرة، أغلبها في التواصل مع آندي. تعلمنا أنه من المهم أن نستمع لابننا وأن نطرح أسئلة. وكجزء من واجبنا المنزلي، قمنا بكتابة برنامج لعلاج أسرتنا. لديّ شريك روحي ندعو معًا يوميًّا من أجل آندي. لقد تعلمنا أننا نحتاج لمشاركة ابتلائنا مع الأصدقاء وأفراد العائلة الذين نثق بهم. نعمل علىٰ مساعدة جيم وآندي ليبنيا رابطة أب وابن قوية. وهما يأملان أن يذهبا لندوة شفاء الأب والابن في بالتيمور في شهر أغسطس.

أصبح آندي يستمتع بأحضان أبيه، أما جيم فهو يتعلّم التعبير عن حبه لفظيًّا. عاد آندي لمدارسة كلام الله، ويسألني أن أصلي معه. يعزف الترانيم علىٰ البيانو. نداوم علىٰ تصوّرِه كاملًا وخاليًا من المثلية. لدينا طريق طويل لنقطعه، لكننا لم نعد نشعر بقلة الحيلة أو بأن الأمور خارج السيطرة. لدينا القدرة علىٰ التكلم للناس بشأن اضطراب التعلّق بنفس الجنس ومساعدتهم ليفهموا حقيقة المشكلة. نشعر بالامتنان لله من أجل هدايته، واليوم نقوم بمساعدة مجموعة مساندة في كنيستنا للرجال ذوي الميول المثلية.

القسم الثالث
الشفاء المجتمعي

القسم الثالث هو عن بناء قاعدة من الداعمين لغرض الفوز في معركة الحب هذه. ينبغي أن نثقف عائلاتنا وأصدقاءنا وقادتنا الروحيين ومجتمعنا بشأن حقيقة الانجذاب لنفس الجنس: ***لم يولد أحد بالمثلية، والتعافي منها أمرٌ ممكن.*** إن حياة أحبائنا في خطر، والطريقة التي بها نستجيب للرجال والنساء ذوي الميول المثلية، هي أمر جد خطير. نحتاج أن نظهر حبًّا أعلىٰ، ولأن نتواصل معهم ونحتضنهم. «خيركم خيركم لأخيه».

* **الخطوة العاشرة**: اخلق بيئة مرحّبة في بيتك، ومكان عبادتك، ومجتمعك.

* **الخطوة الحادية عشرة:** الرفاق، والرفيقات، والطقوس الاحتفالية، وترتيبات النوم.

* **الخطوة الثانية عشرة:** ابحث عن مرشدين، وارشد آخرين.

الخطوة العاشرة

اخلق بيئة مرحّبة في بيتك، ومكان عبادتك، ومجتمعك

حين دانت المؤسسات الدينية والمجتمع الرجال والنساء ذوي الميول المثلية ولفظتهم، وجدوا احتياجهم من التعاطف والدعم بين أنفسهم وأولئك الذين يؤيدون ويشجعون جنسانيتهم بل ومثليتهم ذاتها. نستطيع أن نعكس هذا الميل غير الصحي عن طريق خلق بيوت وأماكن عبادة ومؤسسات اجتماعية تكون آمنة، دافئة، ومرحبة. وإلا فإن المجتمع المثلي سيستمر في كونه الملجأ «الآمن» الوحيد لأبنائنا من ذوي الميول المثلية ليختبروا الحب والتفهّم. بينما تعمل علىٰ بناء جسور مع ابنك مثلي الميول، سترغب في إيجاد سبلٍ لتثقيف عائلتك وأصدقاءك وأفرادًا ينتمون لمعتقدك بشأن أسباب المثلية وإمكانية التغيّر. قدم لهم كتبًا ليقرؤوها، مواقع إلكترونية ليزوروها، وأسطوانات مدمجة ليشاهدوها.

كما قد رأينا، فعلىٰ مدار الخمسة العقود الماضية، قامت المنظمات المثلية بغرس خرافة أن الناس «يولدون مثليين ولا يستطيعون التغيّر» بين الجموع. كجزء من خطة استراتيجية لحشد قبولٍ كامل للمثلية بسبب الاضطهاد المؤلم الذي قد اختبره رجال ونساء من ذوي الميول المثلية لسنين. إن الأمر متروك لنا كي نعيد تثقيف عائلاتنا ومجتمعاتنا بشأن الحقائق الصحيحة عن المثلية. نحتاج لأن نحوّل الموقف عن طريق مشاركة الحق بالحب فيما يتعلق بأسباب الجنسية المثلية، وكيف يحدث التغيير من خلال قبول ذوي الميول المثلية مع الاحتفاظ بموقفنا تجاه المثلية نفسها. الحب هو السلاح الأساسي للفوز بقلوب الرجال والنساء ذوي الميول المثلية الذين قد شعروا، ولوقت طويل، بوجودهم خارج الدائرة محاولين النظر للداخل.

قدمتُ في مرّة مشورةً لرجل كان يُضرَب من أبيه لمعظم وقت طفولته. عند غضبه، كان الأب يضرب الابن بالمشبك المعدني للحزام. قال عميلي: «لم يكن ليتوقف إلا حين يتعب». بسحجات وكدمات كان يزحف إلىٰ غرفته ويذهب تحت السرير ليشعر ببرودة الأرضية، وهو تخفف بعض الألم من جسمه الدامي. كان أبوه يناديه في أحيان كثيرة بألقاب مثل: «مخنثًا»، «لوطيًّا»، «وشاذًّا». بشكلٍ إعجازي تمكن هذا الرجل من أن يهرب من هذا الجحيم الحي، ويتزوج، وينجب أطفالًا. ومع ذلك، استمرت الانجذابات المثلية في مطاردته. كانت انجذاباته

لنفس الجنس هي طريقته للحصول علىٰ انتباه رجلٍ آخر، لأجل تمثُّل المصالحة، والارتياح من سنوات العذاب والألم تلك. لقد سعىٰ لملاذ بين أذرع رجال آخرين، لكنه لا يريد الجنس. فقط لو كان رجال المسجد أو الكنيسة أو المجتمع يحيطون به ويتواصلون معه ويصبّون تشجيعًا وتأييدًا وقبولًا وعاطفة في نفسه الجائعة، لكان ليُشفىٰ بسرعة كبيرة.

بينما تخرج لتتواصل مع مجتمعك بالنيابة عمن تحب، فسّر سبب نشوء المثلية لدىٰ ابنك أو ابنتك، واسألهم أن يحيطوا ابنك بحب أعلىٰ. أعطِ لهم تعليمات محددة بشأن ما يمكنهم القيام به لمساعدة ابنتك أن تُشفىٰ من خلال: (١) التلامس الصحي، بما في ذلك الكثير من الأحضان، (٢) تمضية الوقت مشاركين في الأشياء التي تهتم هي بها أكثر من أي شيء آخر، (٣) إظهار اهتمام أصيل بصالحها بشكل منتظم عن طريق الاتصال، أو الزيارة، أو البريد الإلكتروني.

لأنك تفهم أساس مثلية ابنك، من الممكن أن تنخرط الآن في أنشطة تتمحور حول احتياجات النمو والتطور وشفاء الجروح العالقة. إذا كانت ابنتك منبوذة من بنات أخريات، اسمح لنساء مُحبات أن يُحِطنها بتشجيع وتأييد إيجابي. إذا لم يكُن ابنك متكيفًا مع الشباب الآخرين، اسأل رجالًا أن يقدموا له الدعوة للخروج أو يشاركوا في اهتماماته. اجعلهم يعكسون اللعنة، ويشفون جروحه من

خلال قوة الحب المُعبَّر عنه من خلال الثلاث تاءات: تمضية الوقت، التلامس، والتحاور. هذه معركة لأجل قلب وروح من تحب.

علىٰ الرغم من حاجتك لتثقيف نفسك بشكل كافٍ عن أسباب الانجذابات المثلية والشفاء منها، إلا أنك لا تحتاج أن تكون خبيرًا في المجال. فقط تحدّث من قلبك مع فريق المساندة خاصتك بشأن ما قد تعلمته واختبرته وبشأن كيفية مساعدتهم لك ولابنك. قد يكون من تحب من ذوي الانجذابات المثلية قد وجد بالفعل هيئات داعمة ومؤيدة لتساعده أو تساعدها أن يقبلا جنسانيتهما. فهناك المدرسة والكلية وهيئات دينية وهيئات أخرىٰ داعمة للمثلية، ومحتضنةً لابنك ولمثليته معًا. الأمر متروك لنا أن نخلق هيئات بديلة حيث يستطيع أحباؤنا أن يشاركوا أحزانهم ويكونوا مرحبًا بهم دون تأييد للمثلية التي لديهم. لقد اختبر أبناؤنا المساندة المضللة. دعونا نعمل مع آخرين لنخلق منظومة مساندة صحية، شافية، وصالحة.

ساعد في البحث عن أقران من نفس الجنس ليصادقوا ابنك

لقد سمعتُ الكثير من القصص من آباء عن أبنائهم وبناتهم ذوي الميول المثلية المرفوضة الشاعرين بالوحدة: ليس لديهم الكثير من الأصدقاء أو ليس لديهم أصدقاء علىٰ الإطلاق من نفس النوع، فهم يخرجون في معظم الوقت مع أصدقاء من الجنس الآخر. ثم يحدث الأمر. في المدرسة الثانوية، أو حتىٰ في

المدرسة الإعدادية هذه الأيام، يلتقون بـ «التجمعات المثلية»، ثم -وفي غمضة عين- تكون لديهم شبكة فورية من الأصدقاء المحبين. حقًا «البؤسُ يُحب اللمّة»، والآن يصبح لديهم شخصٌ يرثون ويشعرون بالأسىٰ معه. كان هؤلاء الأطفال يشعرون وكأنهم مصابون بالجزام، وأخيرًا هم الآن «مُرحّب بهم». لديهم شخص ما ليتشاركوا معه، شخص يشعر بحزنهم وأوجاعهم، بتوقهم ووحدتهم -شخص آخر ذو تشوّش نوعي -أيضًا- والذي قد اجتاز فيما قد اجتازوا هم فيه. لن يكون عالمهم كما كان.

هذا هو غرس المفاهيم وضمّ أطفالنا لخرافة الجنسية المثلية. ماذا يمكننا أن نفعل حيال هذا؟ لقد قمتُ بتدريب العديد من الآباء الذين كانوا يبحثون بشكل نشط عن أقران أصحاء من أجل أبنائهم وفازوا في المعركة. أعلم أن الأمر ليس سهلًا. أعلم أنه سيستغرق الكثير من الوقت والطاقة والتخطيط الحكيم. لكنه مستطاعٌ. من الممكن حدوثه.

يمكنك البدء من تجنيد مجتمعك الديني. اطلب مساعدة من أحد الإخوة الشباب، أو من القس المسئول عن الشباب. اجتمع مع آباء آخرين واطلب مساعدتهم ومساعدة أبنائهم. اعمل خلفَ المشهد مع أقرباء، وأولاد عمومة من نفس الجنس، وأعمام وأخوال، وعمات وخالات وجدود وجدات، وجِد طرقًا جديدة لتصادق ابنك.

من الممكن أيضًا أن تجد أقرانًا من نفس الجنس ممن خرجوا من المثلية، اسأل عن مرشدين ومعلمين من خدمات وهيئات تساعد رجالًا ونساء في عملية التغيّر (زُر: www.pathinfo.org). بجانب الوالد من نفس الجنس، يُعتبر الأقران من نفس الجنس هم الأهم والأكثر تأثيرًا في إحساس الفرد بهوية النوع. أصدقاء المدرسة المقربون، وأولاد العم والخال، والأصدقاء من مجموعات الشباب هم مِفتاحيّون في عملية الشفاء.

بالطبع قد تختبر بعض الرفض من العائلة، والأصدقاء وحتىٰ من مكان عبادتك بينما تبذل هذه الجهود الاستراتيجية. توقع هذا. البعض، وربما الكثيرون، سيرفضونك. من فضلك لا تستسلم أبدًا! فابنك يستحق المجهود.

ثقّف قادتك الدينيين بشأن المثلية

حين تلتقي بقادتك الدينيين أو الروحيين، قد تجد نفسك في دور المعلم، مساعدًا لهم في فهم ديناميات الانجذابات لنفس الجنس. ربما -حتىٰ- تجد منهم من قد تعرض لغرس مفهوم خرافة «فطري وغير قابل للتغيير». للأسف، يتطرَّف غالب المتدينين هنا، إما أن يرفضوا كل من يختبر الانجذابات المثلية، أو أن يقبلونهم ويقبلون سلوكهم بشكل كامل. للأسف، قليلون جدًّا هم من يحتضنون هؤلاء الأفراد لأنهم يفهمون حقيقة المثلية.

أعطِ للشيخ، أو القس، أو الكاهن كتبًا ليقرأها أو اسطوانات ليشاهدها. القادة الدينيون في الغالب هم أناس مشغولون، لذا سيكون لزامًا عليك أن تكون

حسّاسًا ومنتقيًا ومثابرًا في طلبك. ربما تستطيع أن تدعوهم لبيتك لمشاهدة فيلمًا وثائقيًّا عنها. اجعل الأمر سهلًا عليهم بقدر الاستطاعة كي يتعلموا عن هذا المنظور الجديد. من صالحهم أن يتلقوا مثل هذا التنظير المختلف، لأن هناك -سواء أدركوا ذلك أم لا- الكثيرين من الناس في جوامعهم وكنائسهم ممن يختبرون الانجذابات المثلية بطريقة أو بأخرىٰ. بمجرد أن يتفهم القس، أو الشيخ، ربما تفكر في سؤاله أو سؤالها أن يتناول هذا الأمر علىٰ المنبر، أو في محضر درسٍ عام.

حين تكلمتُ في كنيسة كبيرة بأوماها بنبراسكا، لا أستطيع أن أخبركم بعدد الذين أتوا إليّ بعد حديثي وقالوا: «لدىٰ ابني ميولًا مثلية»، «تركنا أبي بسبب مثليته»، «كان لدىٰ زوجي السابق ميولًا مثلية». «أخي لديه انجذاباتٍ مثلية». «مدرسي في المدرسة مثليّ». «أبي مخنث، وهو في طريقه لتغيير نوعه»، والكثير والكثير من هذا. مع الوضع في الاعتبار أن هذا كان جمهورًا متوسطًا لكنيسة في أمريكا الوسطىٰ[١]. هناك الكثير جدًّا في وسطنا ممن لهم أقرباء أو أصدقاء يتعاملون مع الانجذابات المثلية، لكن القليلين جدًّا هم من يتحدثون عن الأمر. يحدث هذا في كل مكان، في كل مسجد وكنيسة ومجمع في العالم أجمع.

---

(١) قد يبدو الأمر شاذًا في مجتمعنا، وهو كذلك إن شاء الله، لكنني تعاملت مع هذه الأمثلة خلال سنين عملي بالفعل، وهو أمر ينذر بالانتشار.

إن التعصب هو شعور، ولذا لن تُلطِّف من التعصب بالمنطق فقط. يجب أن تُظهرَ قلبك وتُعبِّر عن مشاعر الحب لابنك مثلي الميول. تُعتبر القصص الشخصية أفضل الطرق لتغيير رأي شخص ما. لن تغير المجادلات العقلانية فكر أي شخص، علىٰ الأقل في البداية، ولا حينما يتعلق الأمر بالمثلية. هناك الكثير من الأحمال الوجدانية المحيطة بهذا الأمر. نحتاج أن نبدأ عن طريق التحاور علىٰ المستوىٰ الشخصي، ثم فيما بعد نقدم الحقائق والمعلومات.

انضم لمجموعة مساندة أو ابدأ مجموعة مساندة في منطقتك

ستجد قوةً وتشجيعًا إذا انضممت لمجموعة مساندة/دعم محلية، [إذا لم تتوفّر، اعرض علىٰ معالج ابنك استعدادك لوضع نواة لواحدة].

قصة انتصار

بكلماته هو، شاركني كيف أنقذ حياة ابنه. بدأ في تنفيذ هذا البرنامج حين كان تُوم في أولىٰ سنوات الدراسة في المدرسة الثانوية. وإنها لرحلة رائعة تعطي أملًا للجميع. تُوم اليوم يزدهر في ذكوريته وغيريته. يُثبت هذا دون شك أن الناس ليسوا مولودين مثليين، وأن التغيير ممكن!



حين أخبرني تُوم أنه مثليّ، ظننت أن الأمر لم يكن خطئًا مني، وأن جيناته هي المشكلة. كنت أظن أني أب جيد. لذا لم أقل أي شيء في البداية. أخبرت زوجتي ما قال لي، ولبضع ليالٍ تالية كانت تبكي حتىٰ تنام.

بالنسبة لمعظم الآباء، هناك في الغالب عدة طرق للنظر لهذه المشكلة:

(١) تَجاهَلْها مع الاعتقاد بأنها ستتلاشىٰ وحدها.

(٢) احْتَضِنْها وانضم وأظهِر قبولك للمثلية كمتغيِّر طبيعي.

(٣) اطرد الابن خارج المنزل.

(٤) ابحث عن طريقة لتساعد ابنك أن يفهم ما هي الجنسية المثلية ، وكيف تنشأ، وكيفية التعامل مع الأمر بطريقة مليئة بالحب والاهتمام دون أن تخسر ابنك.

والآن، بعد عدة سنوات، أستطيع أن أقول إني قد رأيت كل ما سبق. لقد تحدثت مع آباء في أوقات الاستراحة الهادئة في فصول فارغة، في حفلات شواء في الحديقة الخلفية، وبينما كنا نجلس علىٰ المقاعد نشاهد أبناءنا وبناتنا يغنون ويرقصون. كلهم يعلمون داخليًّا أن الجنسية المثلية ليست وراثية، لكنهم لا يعلمون ماذا يفعلون. كنت مثلهم تمامًا في البداية.

أُحسنُ عملَ شيء واحد، وهذا الشيء هو التخطيط. لكن قبل أن أخطط، أجريت أنا وزوجتي بعض البحث. ذهبنا إلىٰ الإنترنت، وذهبنا إلىٰ المكتبة،

وتكلمنا. قررنا أننا سنحب ابننا لكننا لن نشجّع الجنسية المثلية أو الممارسات المثلية.

اشتريتُ كل كتاب يمكنني شراؤه عن ترك المثلية. حدّدتُ كل موقع إلكتروني، وذهبت لأرىٰ طبيبًا نفسيًّا. ليس لتوم، بل لي أنا. وجدتُ طبيبًا يعمل بعلاج إعادة التوجيه الجنسي. كان د. فرانك رجلًا أكبر سنًّا وقضيت معه ثلاث جلسات متعلمًا لأفهم ابني. أخبرني ما كان قد أشار به علىٰ آباء آخرين ليفعلوه. نصحني أيضًا أن أتعامل مع مشاعري أنا، وهذا ما فعلت.

بعد ذلك، متسلحًا بكتبٍ ونشرات ومطبوعات والدعاء قبل كل ذلك، بنيتُ خطة لمساعدة ابني.

كنت مؤمنًا ضعيفًا. كنت قد قرأت طنًّا من الكتب، لكن إيماني كان ضعيفًا. لذا بدأنا -أنا وزوجتي- مرة أخرىٰ في حضور الكنيسة. تدارسنا كلام الله وبرهننا لابننا أن الإيمان والتصديق هما جزء من أن يكون الإنسان رجلًا وجزء من كون الأسرة أسرة.

فها أنا ذا. قرأتُ كل ما كُتِب عن المثلية، والتي كان في استطاعتي أن أضع يدي عليها. تحادثت عن الأمور مع زوجتي. دعوت وحمدت الله علىٰ ابني وأسرتي الرائعين. تحدثت مع الأخ الأكبر لتُوم وحصلت علىٰ اقتراحاته. نفّذت خطة منهجية لأسترد ابني. وحققت الخطة النجاح!

بعد سنتين من تنفيذ خطتي، لديّ الآن ابن لم يعد يقضي ثلاثين دقيقة أمام المرآة، أو يلتزم بأن تكون ملابسه من متجرٍ بعينه. يمشي الآن بخشونة مصدرًا ضوضاء ويتصرف كمراهق ذكر يسعىٰ للاستقلال وليس كطفل عابس متجهم. هو أيضًا يلعب الكرة مع أصدقائه الذكور ويواعد البنات. مواعدات حقيقية، وليس التسوّق مع البنات كما كان معتادًا أن يفعل. بل إنه يشعر بالسخط من البنات ويقول، «لا أفهمها. فإنها تتصرف بطريقة عجيبة». يساعد أيضًا في المنزل، ويقوم بجزّ العشب، ويغيّر زيت السيارة، ويساعد في تعليق الأرفف ويشوي معي.

كيف فعلنا هذا؟ الخطة التي نفذناها كانت مبنية علىٰ بعض الأشياء: كان علىٰ زوجتي أن تذهب إلىٰ خلفية المشهد وتذعن لي. ربما كان ذلك أصعب جزء في الخطة، لأنها قوية وذات إرادة عنيدة. كانت هي رأس المنزل لكنها كانت مستعدة أن تتنازل عن عرشها. الكلام أسهل من الفعل. لكنها بدأت تقول أشياء مثل: «تحدث مع أبيك أولًا. إذا قال نعم، إذًا هي نعم». كانت تدعم قراراتي. في السابق حين كنت أقول لا، كان تُوم يذهب للتحدث مع أمه وكانت تقول هي نعم. حسنًا، أصبح الأمر: «إذا بابا قال لا، يبقىٰ عنده أسبابه. أنت سألتَه ليه قال لا؟» ولذا يحتاج تُوم أن يأتي إليّ، وكلمتي تسري. أصبحت لا هي لا، ونعم هي نعم. وبمرور الوقت، عندما يحتاج تُوم لأن يفعل شيئًا، يسألني، ويشرح أسبابه، ونتحدث. في أغلب الأحيان كنت أقول نعم؛ لأنه كان متحملًا للمسؤولية. لكني كنت دائمًا أعرف أين هو ومع من.

سألت تُوم أن يغفر لي عدم ضمّي إياه في الأشياء التي كنت أفعلها، أن يغفر لي تركه بعيدًا عني. غفر لي في مشهد مليء بالدموع. ولم يكن بالأمر السهل.

أنا مدمنٌ علىٰ العمل، كما أني أيضًا أحب أن أجد الوقت الهادئ بعيدًا عن كل شيء. أحب حقًّا أن أكون في الهواء الطلق. لكنني اختصرتُ جدول عملي من ستين ساعة إلىٰ أربعين ساعة أسبوعيًّا واختصرت من أنشطتي. وحصلت علىٰ وظيفة لتُوم في الشركة التي أعمل بها لكي أستطيع أن أقضي وقتًا معه في الطريق ذهابًا وإيابًا من وإلىٰ العمل. لمدة عامين، في فصل الصيف، كنا نذهب إلىٰ العمل معًا . . . وكنا نتجاذب أطراف الحديث بشكل منتظم.

قدمتُ معلومات لتُوم كما لو أطعمها له بملعقةٍ لأضادَ تأثير تحالف المثليين في مدرسته. ولأطرد عنه كذبة: «فطري وغير قابل للتغيير». بدأت بقول: «هل تعلم، إن كون الشخص مثليًّا ليس بالأمر الفطري. إنه أمر بيئي [من الاستعدادت والتنشئة]». ثم كنت أقترح عليه موقعًا إلكترونيًّا. لاحقًا كنت أسأل: «ما رأيك؟» كنت أتلقىٰ في الغالب: «حسنًا، كان ممتعًا». ثم كان يضيف: «حسنًا، أتظن أن التغيير ممكن؟» كنت أقول له نعم وأشير عليه بمواقع الكترونية تحتوي علىٰ بحث يوثّق للتغيّر.

كنت أقوم بهذه المحادثات معه مرتين شهريًّا، لكن ليس يوميًّا. بكلمات أخرىٰ، لم يكن «كونه مثليًّا» هي النقطة الوحيدة في المحادثة. كنت أحاول أن

أعيد بناء علاقتي مع ابني. كنت أذهب أيضًا مع ابني لدروس الصوت التي كان يذهب إليها، وكان عليه أن يجيء لاصطحابي من محل الصيد حيث كنت أقضي ساعة أو ما إلىٰ ذلك. لديّ صديق رائع هناك والذي أخبرته بشأن ما لدىٰ تُوم، ووافق علىٰ أن يساعدني. فحين كان يدخل تُوم، كان هذا الرجل الضخم كالدب يُمسك تُوم حول الكتفين ويسأله كيف كان الغناء. كان هو أيضًا يغنّي كثيرًا. في البداية كان تُوم يشعر بعدم الارتياح قليلًا، لكن صديقي لم يتراجع مطلقًا، بل في الواقع طلب منه أن يكون جليس أطفال لابنه. كان هو أول ذكر بالغ يحيّي تُوم بضربه علىٰ مؤخرته، أظن لحصوله علىٰ درجات جيدة.

ضممتُ أيضًا أخا تُوم، فبدأ الاتصال به والتحدث إليه -في مجرد أشياء شبابية. بدأ أيضًا يأخذه لأماكن تدريب البيسبول والتزلج. كان كل هذا جزء من خطتي لإدماج أصدقاء موثوق بهم وأفراد من العائلة لمساعدة ابني.

في البداية كان تُوم معتادًا علىٰ الخروج مع أولاد من تحالف المثليين. عندما كانوا يتصلون تليفونيًّا، لم أكن أخبره. (حسنًا، أعلم أنه لم يكن ينبغي علي فعل ذلك، لكن -علىٰ أي حال- كان لدىٰ تُوم الكثير من الواجبات الدراسية، والتزامات خارجية، ووظيفة أيضًا. كنا نشجعه علىٰ أن يحافظ علىٰ جدوله مشغولًا. لا يزال يفعل ذلك حتىٰ يومنا هذا).

لم أقل إنه لا يمكنه أن يخرج مع هؤلاء الأولاد. من الممكن لمجموعات الأقران أن تكون من الأشياء الممتعة، وكنت أعلم أني لو قلت: «هؤلاء الأولاد مضرون لك»، لكان غالبًا سيستمر في الخروج معهم. فكنت أرد علىٰ الهاتف وأخبرهم أنه ليس متاحًا. كنت أشجع تُوم أن يرىٰ أصدقاءه القدامىٰ من غير المثليين، والذين كنت قد عرفت عائلاتهم لوقت طويل. كنت أشجع آباء هؤلاء الأصدقاء أن يتحدثوا إلىٰ تُوم وما إلىٰ ذلك. لم أخبرهم أبدًا أن تُوم يعتقد أنه مثليّ. كنت فقط أقول: «يا بوب، أنت محاسب. يجب أن تتحدث إلىٰ تُوم. إنه يستعد للتفكير في وظيفة ما، وربما يُعجب بما تفعله». لذا كنت أشجع الكثير من الذكور أن يبدؤوا في أن يشاركوا معه.

كانت هناك أيضًا علاقة جسدية في هذا الترتيب. بدأت أعطيه حضنًا وقبلة حين أصل به إلىٰ المدرسة. استخدمت كتاب: «الآخر القريب» كدليل لما هو ملائم ومتىٰ يكون ملائمًا. في البداية كان تُوم باردًا قليلًا. الآن يعانقُ الكثير من الشباب حين يودعُهم، وهؤلاء الشباب غيريون. قد أصبح أيضًا يشعر بالارتياح عند لعب الكرة، وأود لو يتخذ الصيد كهواية، إلا إني لست متعجلًا. أنا عاشق للصيد.

هذه الأيام يسعىٰ هو إليّ ليعانقني ويعطيني قبلة قبل النوم. كما لو أنه يحتاج أن يطمئن أن هذا الأمر مقبول بين الأب والابن. أطقطقُ له ظهره أيضًا،

ونتصرف بخشونة معًا من وقت لآخر. يتصارع هو وأخاه أيضًا حين يكون الأخ الأكبر في البيت. كل هذا في جو من المتعة. لكنه مهم. لذا أصيح فيهما وأخبرهما أن يتوقفا قبل أن يهدما غرفة المعيشة. أو أن يفعلا ذلك خارجًا إذا كانا سيفعلان هذه الأمور. تجلس زوجتي جانبًا في هدوء خلال هذه الأوقات، ولاحقًا تعبّر عن عدم رضاها عن هذه الأشياء لكنها تعلم أنها أشياء مهمة.

يومًا ما قالت لي زوجتي إن تُوم يشعر أني أزاحمه، فسألتني أن أتراجع. قلت لها إن عليه أن يخبرني هو بذلك. حتىٰ يومنا هذا لم يقل لي أني أنتهك حدوده. هو بالفعل يُشرِكني في دردشاته، ومشاعره إلىٰ درجة ما. أسرتنا ليست من مشجعي مناقشة المشاعر، لكننا نتكلم عن الاختيارات الأخلاقية. نتكلم عن أوامر الله المطلقة. نناقش بالفعل أمورًا، ونتكلم عن صُنع اختيارات جيدة.

لم تكن هذه الأمور سهلة في عملها: أن أسأل زوجتي أن تتراجع إلىٰ المقعد الخلفي، أن أختصر ساعات عملي، أن أكرس وقتًا لابني، وأن أعيد بناء العلاقة وأضع ثقتي في أصدقاء للمساعدة. ارتكبت بالفعل خطًا بسؤالي لفتاة كان تُوم قد أخبرها أنه مثليّ إذا كانت مستعدة لأن تتكلم معي بشأن الأمر، لأني كنت أعتقد أن بإمكانها أن تساعده أن يصبح غيريًّا. قالت إنها لن تساعد شخصًا أبدًا في أن يتحول من مثلي إلىٰ غيريّ، لأن هذا سيضره، وأنها تؤيد كل أشكال الجنسانية البشرية. أجبتُ علىٰ هذا دون مشاعر قائلًا: «هل يتضمن هذا

الغلمانية، والبهيمية وكل السلوكيات الجنسية الشاذة الأخرىٰ؟» ثم اعتذرتُ وقلتُ إني لن أتحدث إليها بشأن الموضوع مرة أخرىٰ. أخبرْتُ تُوم أيضًا بما قد حدث واعتذرتُ، طالبًا غفرانه. وإنه لشيء أحذّر منه كل الآباء. كن حذرًا مع من تتحدث إليه، وإن أمكن، لا تذكر هذا أبدًا لمراهقين آخرين. لا يُنصَح بهذا إلا إذا كان هناك ولد من الأولاد الذين تثق فيه ثقة تامة.

استخدمتُ أيضًا ما قد كنت تعلمتُه من أحد مرشديني. علّمْتُ تُوم كيف يستخدم الأدوات، كيف يصنع أشياء بيديه، كيف يجز العشب، كيف يغيّر جلدة الصنبور، وكيف يعلّق الأرفف. جعلت نفسي متاحًا له. وفيتُ بكل وعودي وكنت متاحًا لأدعم كل أنشطته ولأظهر له أن الرجل يستطيع أن يغني ويرقص ولا يتعارض ذلك مع كونه رجلًا. دعمته في تعلُّم كيف يقذف كرة البيسبول ويضربها. فقط هذه السنة شاهدنا مباراة بيسبول معًا. كانت تجربة ممتعة. نذهب لمتجر الخردوات ونشتري الصواميل والمسامير للمشروعات الصغيرة. علّمتُه كيف يصنع الكعكات الصغيرة وأشياء أخرىٰ أيضًا. بمعنىٰ أنني شاركتُ بعضًا مما كنت تعلمته من مرشديني. لا زلت لا أستطيع أن أجعله يذهب للصيد بعد! أظن أن هذا بسبب أمه، والتي قد أسهبت في التعليق علىٰ صيدي لسنين . . . حسنًا، ربما لا يزال يعتقد أنها غير موافقة.

لذا ففي نهاية عامين ونصف العام، ماذا قد حدث؟ تُوم ليس مثليًّا. لقد قال ذلك. كل الأدبيات المثلية لم تعد موجودة بالمنزل. لا مكالمات من أصدقاء مثليين. بل لقد قرر ألا يشارك في المسرحيات والعروض، قائلًا إنه لا يحتاج أن يفعل ذلك. قال أيضًا إنه يشعر أنه يستلطف الفتيات، لكن ليس كما يستلطفهن تِيم صديقه. تِيم لديه علاقة مستقرة مع فتاة، وهما علىٰ الأرجح يتجاوزان جنسيًّا!. ولديه فتاة مُعجب بها إلىٰ حد ما، لكنه لا يرغب في أن يتورط لأمور أعمق. هو علىٰ علمٍ بحدود العلاقة الصحيحة أخلاقيًّا، ونحن نشجعه علىٰ ألا يتورط بصورة أكثر من اللازم.

لم يعد متأنثًا. يرتدي بنطالًا من الجينز المتهرئ، ويُطلق السباب من حين لآخر، وفقد مشيةَ الفتيات. يلقّب مجموعة تحالف المثليين والغيريين جمعًا خطرًا، وأداؤه جيد في الدراسة. يقول أخوه الأكبر: «لا تقلق يا بابا. الخطة تعمل. سيكون علىٰ ما يُرام». يأتي أخوه ليزوره في الكلية، ويتصل به بانتظام ويُرسل له هدية من حين لآخر. وقد انخرط تُوم في الكنيسة. وفي الدراسة، يقود الرحلات، وزملاؤه في الإقامة كلهم رياضيون نوعًا ما. بين كرة السلة والتجديف، لديه ثلاثة شباب غيريون يحيّونه بضربه علىٰ كتفه، ويرد لهم التحية بضربهم علىٰ أكتفاهم. حين يكون تُوم في المنزل، يأتي أصدقاؤه المقربون القدامىٰ ليقضون وقتًا في البيت، ويلعب الكُرة معهم أو يخرج معهم لتمضية وقت.

تُحب زوجتي أن أكون أنا المسؤول عن الأشياء الآن. أحب ذلك أيضًا. أصبحت الأشياء أكثر اكتمالًا حين وضعنا الخطة في حيز التنفيذ. ليس الأمر سهلًا، ويحتاج لحب وإخلاص، وتشعر كما لو أنك تسكب كل نفسك داخل هذا الابن. لكن في الحقيقة، أنت تقدم لهذا الابن ما يحتاجه: أبًا، حضورًا ذكوريًّا، إحساسًا بالنظام، وإحساسًا بالذكورة. أنت تساعد في صنع رجل جديد، وهذا يغيّرُك أنت كشخص. فبعضٌ من «عذوبته» تنتقل إليك فتصطبغ بها، وتنساب ذكورتُك إليه.

يجب أن أعترف أن تُوم هو الآن شخص مختلف عما كان منذ عامين ونصف العام. فهو يسترخي علىٰ الأثاث، ويُعطي انطباعًا كما لو أنه الذكر السائد في المنزل، ولم يعد لطيفًا ولا رقيقًا، وبكل أمانة ... حسنًا، أفتقد في أوقات الطفل «اللطيف، الرقيق». ترغب أمه في أن تضربه من حين لآخر، ولدينا أنا وهو خلافاتنا. يُصبح كسولًا نوعًا ما بشأن غرفته وملابسه، وتُطرح الأشياء في كل مكان الآن. قذف عليّ كرةً من غرفة المعيشة لغرفة الطعام، ويرتدي ملابسه كما لو أنه لاجئ يشتري ملابسه من متجر ملابس مستعملة، ولا يرتدي أحذية مطلقًا إذا كان ممكنًا. بدلًا من ذلك يُفضل زوجًا من الشباشب المهترئة. يترك المناشف المبتلة ملقاةً، ويجلس مرتديًا ملابسه الداخلية مشاهدًا الكارتون في أيام السبت صباحًا أو يلعب ألعاب الفيديو.

نعم، لقد كان وقتًا ممتعًا - وقتًا عظيمًا لأب وأم. والآن لديّ ابني. بارك الله هذا الأسرة حين جَعَلْنا الله في الصدارة في كل ما عملناه مع الدعوات والصلوات اليومية والآمال وأيضًا سؤال الآخرين أن يذكروا تُوم في دعائهم. أعلم أن هناك معجزات، وهذه إحداهن. يستجيب الله للدعوات بطرق كثيرة، لكني أعتقد أنه يكافئ عملًا جادًّا، وقلبًا متغيرًا، وأسرة مُحِبة.

الخطوة الحادية عشرة
الرفاق، والرفيقات، والطقوس الاحتفالية، وترتيبات النوم[(١)]

إذا كانت ابنتك تعيش معك بالمنزل، ابذلي قصارىٰ جهدك أن تتعرفي علىٰ صديقاتها. إذا كانت تعيش بعيدًا عن المنزل، سيكون التعرّف علىٰ صديقاتها، بالطبع، أكثر صعوبة. أي جهود تبذلينها في هذا الإطار من المفضل أن تكون بطريقة ودودة غير اقتحامية: «حابة إني أعرِفَكِ بشكل أفضل، وإني أعرف صديقاتك كمان». بينما تبدأ في التكلم عن صديقة أو أخرىٰ، من الممكن أن تسألي: «ايه المميز في البنت دي عشان تحبيها بالشكل ده؟»

خذي الوقت لتقابلي صديقاتها. قدمي لهن الدعوة أن يأتين للزيارة. قد تتساءلين، «هل لدىٰ هذه الفتاة انجذاباتٍ مثلية؟ هل تلك غيرية؟» أقترح أن تدعي

(١) قد يجد البعض هذا الفصل غير مناسب، أو غير ضروري في مجتمعنا. تذكّر أن تقرأ ما تشعر بالحاجة لقراءته.

تلك النوعيات من الأفكار تذهب بعيدًا. تذكري، إن من يختبرون الانجذابات المثلية هم أطفال مجروحون يحتاجون للحب. يتعلق الأمر كله بالتراحم والاهتمام الصادق. كلما استمعنا لأبنائنا وأصدقائنا أكثر، سنفهم ونقدرهم أكثر. أيها الأب، من فضلك تأكد من أن تتعرف علىٰ أصدقاء ابنك، وأيتها الأم، افعلي الأمر نفسه مع ابنتك.

احتضن رفيق ابنك أو رفيقة ابنتك

إذا كان لابنك/ لابنتك رفيق من نفس الجنس، فنصيحتي هي أن تخرج عن طريقك المعتاد وتبذل مجهودًا لتلتقي بهذا الشخص وتحتضنه وتحبه. هذا الشخص هو ابن أو بنت شخص آخر. كل ذوي الميول المثلية هم مجروحون ويبحثون عن الحب. أعرف أن هذا قد يكون واحدًا من أصعب الأشياء بالنسبة لك -ربما عامل «اليَعْ» سيطفو من أعماق نفسك. افعل ما بوسعك أن تتغلب علىٰ نفورك. خذ نفسًا عميقًا وحاول أن ترىٰ ما وراء المراهق أو البالغ إلىٰ الطفل الذي بالداخل. ما أنت تنظر إليه حقًّا هو ولدان صغيران أو فتاتان صغيرتان يسعيان ليحققا هويتهما النوعية، أحدهما من خلال الآخر.

المشكلة هي أن ما من أحد منهما قد وجد حلًّا لأزمة الهوية هذه! بحضورك الدافئ، تستطيع أن تكون الحامل لكنوز عظيمة لكليهما. كن عطوفًا، كن كريمًا، وكن محبًّا بقدر ما تستطيع. جدير بالذكر أن بالتعرف علىٰ من ينجذب

إليه ابنك، تستطيع أن تستكشف ما هي الاحتياجات التي يحاول ابنك أن يحققها من خلال شخص كهذا. إذا كان لابنتك رفيقة أكبر سنًّا، علىٰ سبيل المثال، إذًا لديها -علىٰ الأغلب- احتياج لأن تتلقىٰ أمومةً. إذا كان من نفس السن، فهو يحاول أن يتشرّب أو أن يرث خصائص يشعر أنه منفصل عنها داخل نفسه. إذا كانت أصغر سنًّا، إذًا هي تحاول أن تتبنىٰ أو تحب نفسها من خلال شخص آخر، أو تسعىٰ لتشفي أمورًا معلقة من تلك الفترة في حياتها.

الكثير من النساء قد جُرحن بعمق من رجال ولذلك يتجهون لنساء من أجل حاجتهن للعاطفة. يبحث البعض عن أمومة، وتبحث أخريات عن شخص ليقدمن له الأمومة. مرة أخرىٰ، تتعلق الجنسية المثلية بالانفصال عن النوع. هم يسعون ليشتركوا مع شخص آخر من نفس الجنس ليسددوا احتياجات الطفولة الوجدانية للترابط والحميمية، أو قد يهربون من الحميمية مع شخص من الجنس الآخر بسبب جروح غيرية - وجدانية أو غيرية - اجتماعية. ينجذب البعض للأنواع الأضعف أو الأكثر جُرحًا. هؤلاء هم مقدمو رعاية ممتازون. وبشكل أساس، هم يقدمون لآخرين ما يجوعون هم أنفسهم إليه. هم فقط مرعوبون من الثقة في أي شخص أو من فقدان «السيطرة».

كلما تواصلْتَ واحتضنْتَ رفيق ابنك، اقتربْتَ أكثر من ابنك ذي الميول المثلية. حين تحتضنين رفيقة ابنتك، مع علم ابنتك الواضح أنكِ تختلفين بشكل

كامل مع أسلوب الحياة المثلي، يُظهر هذا قوة حبك غير المشروط. مرة أخرىٰ، أحبيهما هما الاثنتين.

علىٰ الجانب الآخر، حين تحتضنين رفيقتها، قد هذا تستشيط غضبًا! تذكري، في قلب هذه الحالة هناك اضطرابُ تعلقٍ. لذا إذا احتضنت رفيقة ابنتك، قد يُزعجها هذا لأن جزءًا من حالة المثلية هو سلوك المعاندة - «أنتِ جرحتيني، والآن سأجرحكِ!» قد يُزعجها حبك «لرفيقتها» لأنها تريد بشكل لا واعٍ أن تجرحك من خلال أنشطتها مع نفس الجنس. حين لا ينجح الأمر، تسأل نفسها، «ما الذي يحدث هنا؟» كوني مثابرة متّسقة في حب كليهما ابنتك و«رفيقتها»، قد يكسر هذا العلاقة. للحب الحقيقي القوة لشفاء الحب غير الكامل.

ستحتاج لأن تعمل خلال أفكارك ومشاعرك فرديًّا، وكثنائي مع شريك حياتك، وربما مع أفراد آخرين يقدمون لكما الدعم من العائلة، والأصدقاء، وأعضاء مجموعات المساندة. مرة أخرىٰ، هذا هو أمرٌ يتعلق بالحب، والحب يحل محل القانون. خُلقَت القوانين لتخدم البشرية، لم تُصنع البشرية لتخدم القانون. خذ وقتًا لتحسم قرارك. لا تصنع قرارًا سريعًا عاطفيًّا. فسلوكك يؤثر بشكل كبير علىٰ حياة ابنك. انظر لهذا الأمر من زوايا كثيرة.

ذهبتُ لحضور مؤتمر حيث استمعت لمثلية سابقة تشارك اختبار تحولها (لندعوها جينيفر). كانت جينيفر في علاقة طويلة المدىٰ وقامت بمراسم احتفال

تعهد مع شريكتها. إحدىٰ أقرب صديقاتها ذهبت لحضور المراسم، علىٰ الرغم من أنها سيدة متديِّنة قوية الإيمان. قالت هذه الصديقة إنها تحب جينيفر، وعلىٰ الرغم من أنها كانت تختلف مع أسلوب حياتها، إلا أنها ستقف بجوارها في السراء والضراء. حين انهارت علاقة جينيفر بشريكتها، كانت صديقتها المتدينة تلك متاحة لتساعدها في جمع شتاتها. وكان من خلال حبِها أنْ بدأت جينيفر في أن تُشفىٰ وتخرج من المثلية. تذكّر أن من يحب أكثر ولمدة أطول، سيكون الرابح.

ترتيبات النوم

المفتاح هنا هو أن تكون متسقًا مع معيار قيمك. هل ستسمح لابنك أو ابنتك أن يُحضر رفاقه للبيت ويناموا فيه؟ إذا لم تكن لتسمح بهذا، إذًا لن تكون متسقًا إذا سمحت لرفيقه أن يفعل نفس الأمر. احتفظ بنفس المقياس سواء مع رفيق أو رفيقة. حين تفعل هذا، قد يصبح ابنَك غاضبًا منك لكنه سيحترمُ نزاهتك. ها هي طريقة مقترحة للتواصل: «يا بني، إذا أردت أن يقضي رفيقك الليلة، ستحتاجان أن تناما في غرفتين مختلفتين. وهذه قواعدنا مع الصبيان والفتيات».

الخطوة الثانية عشرة
ابحث عن مرشدين وارشد آخرين

إحدىٰ الطرق التي يمكنك بها أن تساعد ابنتك مثلية الميول هي أن تجد لها مُرشدات. إذا كنت تقوم بتربية ابنك أو ابنتك بمفردك، أو إذا كان شريك حياتك غير متاح أو غير قادر علىٰ تدريب ابنكما ذي الميول المثلية، فمن المهم أن تجد رجالًا أو نساءً يُظهرون حبًّا أبويًّا أو حبًّا أموميًّا صحيًّا. قد تريد أن تسأل الأقارب، والأصدقاء، وأناسًا من مكان عبادتك ليساعدوا. آمل أن تجد سبيلًا لتحيط ابنك بأشخاص يقدمون مثلًا أعلىٰ إيجابيًّا فيما يختص بالهوية النوعية. الكاتب والمعالج ويليام جاريما يسمي هؤلاء الناس المهمين «آباء الفرصة الثانية» أو «أمهات الفرصة الثانية»[1].

---

(١) ويليام ج. جاريما: Fathering the next generation: Men Mentoring men (New York: Crossroad, 1994).

معظم الرجال الذين قدمت لهم المشورة كان عليهم أن يخلقوا شبكة من المرشدين لأن آباءهم كانوا غير قادرين علىٰ أن يرتفعوا إلىٰ حجم المهمة أيضًا. وحيث أن احتياجات ابنك من الممكن أن تكون عظيمة، احشد دعمَ مرشدين عديدين. قد يساهم كل منهم بنقطة قوته الخاصة (مثل الرياضات، الروحانية، الدفء والتلامس الصحي، الصيد، ميكانيكا السيارات). كلما زاد عدد المرشدين بقدرات متنوعة، كان هذا أفضل.

أدوار المرشد ومسؤولياته

يسعىٰ أولئك الذين لم يختبروا ارتباطًا ناجحًا وحبًّا وحميمية مع أبيهم أو أمهم أو كليهما إلىٰ تسديد تلك الاحتياجات غير المسددة في علاقات أو أنشطة أخرىٰ. الإرشاد هو وسيلة يمكن من خلالها أن يستعيد المرء العلاقة ما بين الوالد والابن.

هناك ثلاث مناطق ستحتاج أن يتم التعرض لها في عملية التدريب:

١- اكسري حوائط الانفصال. ستحتاج المرشدة أن تكون مثابرة وأن تفوز بقلب الطفلة الراشدة.

٢- طوّري نماذج صحية في علاقات مع نفس الجنس، متعلمةً أن تكوني امرأة بين النساء وأن تكون رجلًا بين الرجال.

٣- اختبر التلامس الصحي. مرة أخرىٰ، إن الكثيرين من ذوي الميول المثلية هم أناسٌ محرومون من التلامس.

سيعمل الطفل الراشد عبْر ثلاث مراحل للنمو بينما يتم تدريبه:

١- الاعتماد: اتكال طبيعي وصحي علىٰ نموذج أبوي.

٢- الاستقلال: التعلّم أن تقف علىٰ رجليها.

٣- الاعتماد المتبادل: معرفة متىٰ تعتني بنفسها ومتىٰ تحتاج مساعدة آخرين. في النهاية، ستنمو نحو التبادلية، رادّة للمرشدة والآخرين.

بعض من أدوار ومسؤوليات المرشد هي:

١- معرفة لغة الحب لدىٰ البنت ومنحها بتلك الطرق.

٢- توفير التلامس الصحي والشافي.

٣- تعليم المهارات واللعب معًا.

٤- المساعدة في عملية النوح.

٥- التحدث بكلمات تأييد وتشجيع.

٦- تأديبها، بتأسيس حدود صحية وتعليم التنظيم الذاتي الوجداني.

٧- مباركة البنت علىٰ مواهبها الخاصة[١].

---

(١) الأخر القريب: يقدم الفصل الثاني عشر تفاصيل عملية الإرشاد.

قد يكون من الضروري أن يكون هناك عدة مرشدين، لأن شخصًا واحدًا لن يكون لديه كل ما تحتاجه. مرة أخرىٰ، ينقل كل مرشد أو مرشدة مواهبهما الخاصة للابن أو البنت ذوي الميول المثلية.

إرشاد رجال ونساء آخرين من ذوي الميول المثلية

ستكون بركة مزدوجة حين تُرشِد أنت ابن شخص آخر يختبر انجذاباتٍ مثلية غير مرغوب فيها. تستطيع أن تحب ابنك عن طريق حبك لابن آخر. الكثير جدًّا من الرجال والنساء من ذوي الميول المثلية يحاولون أن يجدوا مرشدين، ولكن القليلين جدًّا من الناس يقدّمون مساعدتهم. هذه النفوس الجائعة ستقبل بامتنان مساعدتك، لأنهم يبحثون في احتياج ماس لحب ذكوري أو حب أنثوي صحي. ستتعلم الكثير جدًّا عن ابنك حين تستمع لقصة من ترشده أنت، وستباركه أو تباركينها بحبك. إنه مكسب للطرفين.

سام يجد المساعدة في الجيش

كنت إما مجنونًا أو واثقًا أو منقادًا من الله لأتكلم للرقيب «بالدردج». كان من المحاربين القدامىٰ وكان حاصلًا علىٰ ميدالية القلب الأرجواني وميداليات أخريات. كنت قد أكملت دورة واحدة. كنا في فيرجينيا. كنت أنا في الدراسة وكان هو واحدًا من المحاضرين.

كنت قد عرفت ذلك الرقيب لأنه تم اختياري لأظل موجودًا وأكمل الدراسة وأصبح محاضرًا في الجيش لتجهيزات المظلات. كنت أجيد الحياكة، وكنت أقوم بالترتيب بشكل شديد التدقيق. كنت أيضًا منجذبًا لرجال آخرين لكني كنت قد احتفظت بنفسي بعيدًا عن حانات المثليين والروابط الجنسية بناء علىٰ نصيحة من معالج كنت أراه قبل أن أجنّد في الجيش. كنت مثليًّا نشطًا من سن الرابعة عشر حتىٰ تجنّدت في التاسعة عشر.

كنت علىٰ متن طائرة عائدة إلىٰ سياتل من سان فرانسيسكو. كنت هناك لأني حين أخبرتُ أمي في عيد ميلادي السابع عشر أني مثليّ، قدمتْ لي هديّة بأن أرسلتني لأعيش مع ثلاثة رجال مثليين كانت تعرفهم في سان فرانسيسكو!. استمتعت بوقتي جدًّا هناك، لكن علىٰ متن الطائرة في رحلة العودة حاصرني السؤال، «لماذا أنا مثليّ؟؟».

قضيت وقتًا أقرأ فرويد، آدلر، وسكينر[1] وآخرين وبدأت أفهم بعض الأمور. كان هذا في ١٩٦٧، حيث لم يكن علماء النفس يشجعون المرء علىٰ اختبار المشاعر المثلية ولا قبولها. التقيت مع معالج وبدأ العمل معي، ثم جُنّدتُ.

---

(١) فرويد: عالم التحليل النفس جنسي، وأدلر عالم بالتحليل النفس اجتماعي، وسكينر عالم بالتعديل السلوكي.

كان الجيش جيدًا بالنسبة لي. حينما سئلتُ إذا ما كنت مثليًّا، قلتُ لا. وخلال معسكر التدريب، مدرسة الجوالة وحتىٰ بعدها، كنت متبعًا لنصيحة معالجي. كانت لا تزال لديّ مشاعر نحو الرجال من وقت لآخر، لكن كانت الاندفاعات تبدو تحت السيطرة.

وها أنذا هناك، جالسًا خارج كوخ توضيب المظلات مع هذا الرقيب، وبدأت أخبره كيف أشعر حيال الرجال. أني منجذب إليهم، وأني كان لي أبٌ يتجاهلني وزوجُ أم يرهبني وعمٌ كان يحبسني في دولاب والكثير والكثير. لماذا وثقتُ فيه؟ الله أعلم. لكن ها أنذا. وحين انتهيتُ وكنت أتهيئ لأقوم وأجري بعيدًا، قال: «أتعلم يا بني؟ لستَ مثليًّا. أنت فقط تحتاج لبابا حقيقي».

قلت: «نعم، صحيح».

«لا، أنت تحتاج لشخص ليريك كيف تكون رجلًا».

أجبته: «أنا رجلٌ».

«حسنًا، نوعًا ما. أنت في الطريق إلىٰ ذلك .... لتأتِ عندنا للعشاء. هذا ليس مكانًا للكلام، حسنًا؟»

فذهبتُ للعشاء في بيته. صلّىٰ هو وزوجته. لم أكن أؤمن بأي إله، لأن والديَّ كانا ملحدين فتربيتُ دون تأثير روحي، لكن بتأثير أخلاقي إلىٰ حدٍّ ما. كان أبي يتبع الفلسفة المادية - فلسفة راند.

بعد العشاء جلسنا أنا وبالدردج خارجًا وبدأنا نتكلم. لم يفعل سوىٰ الاستماع دون إصدار أحكام أو تعليق. «تحتاج أن تأتي هنا يوم السبت وتساعدني».

سألتُه: «في فعل ماذا؟».

«أقوم ببناء بيوت للطيور لتُباع في الكنيسة، وأحتاجك أن تقطع خشبًا وتقوم بالطلاء. بالمناسبة، أنت تعلم أنه لا يوجد ما يُسمىٰ مثليًّا يا عزيزي، أليس كذلك؟»

«ماذا؟»

«لم يفطر الله أي مثليين يا عزيزي. يحتاج الأمر للجنسين لإنجاب أطفال».

«حسنًا . . .»

«يحتاج الرجل أن يعرف أنه مسؤول عن أسرته، يحتاج لأن تكون لديه أسرة من أجل أن يصبح رجلًا بشكل أكبر . . . . هل أي من أصدقائك المثليين كبار؟ لستَ مضطرًّا للإجابة الآن. فقط أريدك أن تفكر بشأن الأمر . . . أراك علىٰ العشاء يوم السبت. تعال وأحضر معك مبادئك».

وبدأ هذا نمطًا في جدولي حيث آتي لعشاء يوم السبت بالإضافة لأمسيات الجمعة. كان بالدردج دومًا ما يقول لي: «حين تأتيك تلك المشاعر نحو رجل، تعالَ إلىٰ المنزل. فقط سنتكلم، وسأجعلك تقطع خشبًا وتقوم بالطلاء، وسنحتسي

البيرة». حين سألتُ لماذا كمعمدانيّ جنوبيّ لديه بيرة في منزل، قال: «حسنًا يا بني، أنا لا أنكر خطئي، لكنني لا أسكر. أحب تناول بيرة باردة من حين لآخر، وإذا علمتُ أن صديقًا لديه مشكلة مع الكحوليات، أقدم له عصير ليمون».

علّمني الرقيب كيف أصطاد وكيف أصنع بيوتًا للطيور. علمتني زوجته كيف أصنع بسكويت اللبن وكيف أكون رجلًا نحو النساء. كنت دائمًا أُدعىٰ للقاءات الاجتماعية للكنيسة واجتماعات الكنيسة يوم الأحد. كنت أذهب في بعض الأحيان، لكني لم أكن مقتنعًا.

ساعدني علىٰ أن أحصل علىٰ رخصة تجهيزات المظلات وعرفني بالقفز بالمظلات. كان يأخذني للصيد مع محاربين قدامي آخرين وأراني كيف أبري الخشب قليلًا. لم يخبر أحدًا أبدًا أني كنت أصارع، لكنه كان يسألني كيف حالي مع مشاعري.

«أنت تتقدم هذه الأيام. أرىٰ أنك كنت تنظر لتلك السائقة اللطيفة التي كانت تقود الرافعة الشوكية ذلك اليوم».

قلتُ له: «اسمها سوزان».

سأل: «هل هي جميلة في رأيك؟».

قلتُ له واصفًا: «شعرٌ أحمر جميل، عينان خضراوان، ومتناسقة القوام أيضًا».

أجابني: «هل أنت متأكد أنك كنت تحب الأولاد؟ فها أنت تبدأ في أن تبدو لي كشاب يافع يفكر بالجنس!»

قلتُ له: «يبدو أني أظن هذا من وقت لآخر».

«حسنًا، أنت تعلم أن هناك وقتًا ملائمًا لكل هذا الجنس، أليس كذلك؟»

«نعم، نعم. قالت لي زوجتك إن كل ذلك ينتظر حتىٰ الزواج».

«الله يقول هذا أيضًا. وعلىٰ الرغم من أني أعلم أنك لستَ من الأشخاص الذين يتكلمون عن الله، أريدك أن تفكر بشأنه. أود لو أنك عرفتَه علىٰ المستوىٰ الشخصي أيضًا. لديّ بعض الكتب لك، لأني أعرف أنك مفكّر». كان قد ابتاع لي بعض الكتب، وكتابًا مقدسًا بشرائط كثيرة بعلامات علىٰ فقراتٍ. كانت هذه هي هدايا عيد ميلادي منه ومن زوجته. «لديك بعض القراءة لتُنجزها». وضعتُ الكتب بعيدًا.

قضيت حوالي عامين أذهب لأرىٰ ذلك الرقيب، نبني بيوتًا للطيور، نتحدث، نصطاد، نذهب للغابات لسبب أو لآخر. لعبنا الكرة، ولعبنا أنشطة خشنة، وذهبنا للرماية. ببساطة وجدتُ أبًا كان في إمكاني أن أحبه. حين غادرتُ لأذهب للدراسة، سأل عن الكتب. وَعَدتُ أني سأقرأهم. وفعلتُ. مرت سنوات كثيرة بعدها قبل أن أصبح متديّنًا. لكنني كنت قد توقفت عن أن تكون لديّ انجذابات جنسية لرجال آخرين. عرفت أنه هو وزوجته كانوا قد دعوا مرارًا

وتكرارًا لي. كان دائمًا ما يعانقني وكان يقبلني علىٰ خدّي في مناسبات نادرة.

بقدر ما أعرف، كان هو وزوجته فقط من يعلمان بصراعي. فعلا لأجلي ما لم يكن قد فعله أي شخص من قبل: أحباني، استمعا إليّ، ساعداني بينما كنت أصارع ووفرا لي بيتًا مستقرًّا وقدرًا ثابتًا من الحب. تعلمت أيضًا أن الرجل يستطيع أن يفعل الكثير من الأشياء مثل الطهي والحياكة والطلاء ولا يزال رجلًا في الشخصية بميزات قيادية.

مات الرقيب بالدريدج منذ حوالي عشرين عامًا، وتبعته زوجته بعدها بوقت قصير. لكن كان لديه صورٌ لي، ولزوجتي، ولابني علىٰ البيانو خاصته في البيت. بالنسبة له، كنت ابنه.

بوني تدرب بوني

نعم، للاثنتين نفس الاسم. لدىٰ بوني التي قامت بالإرشاد ابن يعيش أسلوب الحياة المثلي. ها هي الدروس التي تعلمتها، بكلماتها هي، أثناء مساعدتها لامرأة شابة لديها ميولًا مثلية اسمها بوني في عملية شفائها[1].

بينما أستعيد تذكّر رحلتي كأم لابن مثليّ، يبدو الزمن غير محدود. يبدو كأنه بالأمس فقط صدمني «مَاتْ» بإعلان انجذابه

---

(١) تجد شهادة تحول بوني عن المثلية موجود في: الآخر القريب. الفصل الحادي عشر.

للرجال. لكن بينما أفكّر مليًّا في ابتلاءات الأربع عشرة سنة الماضية، يبدو الأمر كما لو أنني عشتُ حياة كاملة راكبة قطار الملاهي السريع علىٰ المستوىٰ الوجداني. الصدمة المبدئية، الحُزن، الاكتئاب، الأحلام المتحطمة، فقدان الأمل، النوح، والوحدة جميعها قد نُسجت في ذهني وقلبي منذ أن قبلتُ حقيقة الانكسار الوجداني لابننا.

عبر السنين، ذهبت أنا وزوجي للكثير من مجموعات المساندة، والمؤتمرات والندوات لنثقف أنفسنا عن جذور الجنسية المثلية. تشجعنا أيضًا أن نحب ابننا بغض النظر عن التغيرات المحتومة في علاقتنا معه. فجأة بدا كما لو كان شخصًا مختلفًا عن الشخص الذي كنا أحببناه لسنوات طويلة جدًّا. هناك إحساس شديد من النوح، يؤلم كفقدان أحد الأحباء بسبب الموت. لكن دون أن يكون هناك مشيعون متعاطفون ولا بطاقات تعزية. جعل هذا الأمر عملية النوح مليئة بالوحدة الشديدة.

بعد سنوات في رحلة حب ابننا مع عدم الموافقة علىٰ اختياراته الجنسية، كانت لي فرصة أخرىٰ لأفهم المشاعر المُدَمّرة الكامنة لدىٰ شخص أُسر في دائرة الانجذابات لنفس الجنس. تلقيت مكالمة

هاتفية من شخص غريب استجابةً لإعلان كنت قد وضعته في جريدة محلية بخصوص مجموعة مساندة لآباء الأبناء المثليين. كان هاتفي هو رقم التواصل للمجموعة. حين أتت المكالمة، سألت سيدةٌ عن رأيي بخصوص شفاء الانجذاب لنفس الجنس. هل كنت أعتقد أن المشكلة وراثية أم قصور وجداني يمكن تغييره؟ حين أكدّتُ لها أني أعرف عن عملية استعادة الاكتمال الجنسي، شعرتْ بالارتياح الكامل والأمل.

رتبنا لنلتقي علىٰ الغداء لنتعارف. والنتيجة هي معاينة كيف قدَّر الله يتمكن شخص من أن يواسي ويعمل كمرشد في حياة شخص مُتألم ومشوش ومُعرّض. زرنا إحدانا الأخرىٰ وأصبحنا صديقتين لديهما أمر خلافي مشترك. الكثير من وقتنا تضمّن مناقشات شديدة بخصوص الأمور الجذرية لمشاعرها المثلية. بدأتُ سريعًا ألاحظ أن هذه المرأة تريد بجدية الحرية من مشاعرها غير الصحية نحو النساء الأخريات.

بدأتْ تشارك عن الكثير من جروحات التي بدأت في الطفولة. عدم قدرتها علىٰ الترابط مع أم مسيئة، الإساءة الجنسية، أب لا مبالٍ وإحساس بانخفاض في قيمة الذات كانت كلها جزءًا من مشكلتها

المستمرة من التشوه الجنسي. بينما استمرت في كشف مشاعرها العميقة، شعرتُ أنها كانت تتوسّل طالبة المساعدة في عملية شفائها.

في أحد الأيام، أثناء الكلام، اقترحت عليّ فكرة كانت قد فكرت فيها لبعض الوقت. كانت تشعر أنها لو استطاعت أن تستعيد هذه الأمومة المفقودة لطفولتها لكانت هذه خطوة قوية ثابتة نحو استعادة حياتها.

كنتُ مطلعة علىٰ ريتشارد كوهين وعمله عن الإرشاد. طلبنا كتابه: «الآخر القريب». والإرشاد هو موقف علاقاتي حيث تكون علاقة الوالد بالابن هي أساس الشفاء العميق. درسنا الكتاب وقضينا وقتًا في الدعاء. وافقت علىٰ أن أكون مرشدتها. اتصلت بريتشارد، وذهبنا من أجل جلسة معه لصقل ما كنا نفعله. كانت للمرأة التي أردتُ أن أساعدها الكثير من التخوفات بشأن كيفية التعامل مع المشاعر الجنسية التي من الممكن أن تبزغ، مع أشياء أخرىٰ. كان ريتشارد متاحًا لنا بينما عملنا سويًّا، وفي أوقات كنا نتصل من أجل المزيد من المساعدة والتشجيع.

باختصار، أصبحتُ الأم التي لم تكن لديها في الطفولة. كانت هناك أوقات من الثورة الوجدانية حين كانت بوني ترجع بسنها إلىٰ

الطفولة حين بدأت المشاعر الجنسية نحو المرشدة في الظهور. لم تعد الجلسات كما كانت قط، لكن فيضًا من الدموع كان يُذرف. في بعض الأوقات كانت أوقاتنا سهلة، أكثر استنارة وأقل عاطفية. عندما كانت جلساتنا أشد، كنت أحتاج وقتًا لأهضم مناطق كانت جديدة وصعبة عليّ في التعامل، مثل الإساءة الجنسية، التسيّب الجنسي، واحتياجاتها الكثيرة غير المسددة. عبر هذا المسار، أصبحتُ أكثر وأكثر إشفاقًا علىٰ الناجين من الإساءة الجنسية والبالغين المضطربين وجدانيًّا.

أنصح بعلاقة الإرشاد هذه لراشدٍ آمن جنسيًّا يكون راغبًا في التواصل لمساعدة أناس منكسرين في منطقة الهوية الجنسية. يتطلب الأمر التزامًا من الوقت والمساندة الوجدانية. دون شك، لقد وُليتُ الثقة بفرصة أن أصنع فارقًا في حياة شخص يصارع مع موضوع المثلية - الوجدانية. لم أكن قادرة علىٰ مساعدة ابني أنا، ففكرتُ هناك احتياج حقيقي لمرشدين. القليل جدًّا من الناس مستعدون للالتزام وللمرور عبر النفاية والألم. ليس الأمر بالممتع ولا بالمسلّي. لكن، كانت هناك الكثير من الفرص خلال العملية حيث عرفتُ كم كان هناك احتياجٌ لي وكم كان هناك تقديرٌ لحبي من

قبل طفلة راشدة. يوفر هذا اتزانًا في الميزان ويقدم بركاتٍ في الطريق. أشعر أني ذات قيمة، كشخص كنت قادرة، عبر الوقت والحب والثقة، أن أكون مصدرًا مغيّرًا للحياة لشخص آخر.

أحثُّ بشكل خاص آباء وأمهات الأبناء المثليين أن يلتحقوا بخبرة إعطاء الحياة هذه مع شخص يرغب في أن يُنهي المعركة مع المشاعر المثلية - وجدانية. في أحيان كثيرة لا نستطيع أن نشفي أبناءنا نحن. لم لا نستخدم الوقت الذي قد نقضيه في رثاء حالنا عن ابننا أو ابنتنا لنقدم علاقة شافية لابن مكسور آخر؟

خاتـمـة

الآن وقد قرأت هذا الكتاب. آمل أنك ستعيد قراءته مرارًا وتكرارًا متىٰ دعت الحاجة، إلىٰ أن توقن أنه لا علاقة بين المثلية والجنس، وأنها بحق معركة حب. وأن من يحب أكثر ولمدة أطول سيفوز. عاهد نفسك بالقراءة حتىٰ توقن في صميم قلبك أن بيدك الكير لتقدمه لإحداث تغييرات إيجابية في حياة ابنك، وحياة عائلتك وأصدقائك ومجتمعك الإيماني.

وتذكّر أن الرجل الذي خطَّ هذا الكتاب كان يومًا ما مثليًّا بالكلية. واليوم أنا غيريٌّ بالكلية. أخذ مني الأمر الكثير من السنين والدموع، إلىٰ أن وقفت علىٰ قدميَّ، رجلًا بين الرجال. وكذلك يستطيع ابنك. وكذلك يمكن لابنتك أن تكون امرأة بين النساء.

الآن وها قد عرفتَ ما تفعل، من فضلك استمر دون توقف. أقترح عليك تفصيل برنامج تعافي شخصي معتمدًا علىٰ الخطوات الاثني عشر. ضع أهدافًا

قصيرة المدىٰ وأهدافًا طويلة المدىٰ. ضع تفاصيلًا دقيقة. أولئك الذين يأخذون وقتًا في كتابة أهدافهم لديهم معدل نجاح أعلىٰ بكثير من أولئك الذين لا يفعلون ذلك. بعد أن تنتهي من كتابة خطتك للعلاج، خذ وقتًا لتشاركها مع شريك حياتك. ليدعم كل واحد منكما خطة الآخر. ليكن الأمر مجهود فريقٍ. (انظر الملحق لنماذج لخطط علاج وضعها آباء في فصولنا الدراسية عن بُعد).

تذكّر، كلما كنتَ شفافًا ومنفتحًا مع ابنك، سينفتح أكثر لك. سيحدث التغيير لكل شخص منضم لعملية الشفاء. كيفية تطبيق خطة العلاج ستعتمد علىٰ عمر ابنك وما إذا كان يعيش في المنزل أم بمفرده. إذا كان ابنك يعيش في المنزل، اعمل بجهد لتخلق ترابطًا آمنًا قبل أن يغادر. لديك فرصة رائعة لتغيّر المسار. إذا كان ابنك يعيش بعيدًا عن المنزل، يجب أن تكون خلَّاقًا أكثر في مجهوداتك. أيًّا ما كان الموقف، يتكون الحب من حروف التاء الثلاثة في تمضية الوقت، التلامس، والتكلم.

حين تبدأ أولًا في استخدام هذه المهارات لخلق حميمية أعظم مع ابنك ذي الميول المثلية، قد تشعر كما لو أنك تفشل. ذلك طبيعي. التزم بالبرنامج وستستعيد في النهاية طريقك إلىٰ داخل قلبه.

مفاتيح شفاء الانجذاب لنفس الجنس هي: (١) فهم حقيقة المثلية، (٢) طلب الغفران من أجل الأخطاء وتقديم التعويضات، و(٣) الحب دون توقف

وبطريقة صحيحة. خرافة «فطرية وغير قابلة للتغيير» عن الجنسية المثلية هي واحدة من أكبر الخدع الناجحة في تاريخ الإنسان. كانت استراتيجية جيدة الإعداد والتنفيذ لإيقاف التحيز ضد الرجال والنساء ذوي التوجّه المثليّ. لماذا؟ لأن الكنيسة، ومهنة الصحة العقلية، والمعاهد الاجتماعية والأسر فشلوا في فهم هؤلاء الرجال والنساء وحبهم بشكل صحيح. نحن الآن ندفع ثمن هذه الخطايا.

قد اختارك الله لتصحح هذه الإخفاقات من خلال مباشرية صراع ابنك أنت. بقدر إيلام هذه الحقيقة، إلا أنك قد انتُقيتَ لتنهي هذه الحرب الثقافية عن طريق حب ابنك حبًّا غير مشروط. استخدم هذه الخطة، وخذ الأمر ببطء. ضع أهدافًا صغيرة أولًا. انجح نجاحًا صغيرًا بدلًا من أن تفشل فشلًا كبيرًا. انجح في أمر أو أمرين، ثم أضف خطوات أكثر لتحققها. اشعر شعورًا جيدًا حيال نفسك وحيال ابنك في العملية.

ما قد تعلمتُه في رحلتي للشفاء هو أن الأمر كله يتعلق بالمسيرة، لا بالنتائج. فكّر في اللحظة الحالية. قدّر ابنك اليوم، ولا تمنع عاطفتك بينما تنتظره أن «يتغير». يأتي التغير ببطء جدًّا، وأحيانًا بطريقة غير ملحوظة. إنه لفي تقديم الحب أننا نتحول. تذكّر مرة أخرىٰ: هذا ماراثون، وليس سباقًا قصيرًا للجري. استمر في التنفس، والدعاء، والضحك، والبكاء، ولا تتعجل. اختبر أكبر قدر ممكن من الحب، لتتمكن من أن تعطي من وفرةٍ، لا من ذنب أو خوف.

أحد الآباء في فصل دراسي عن بُعد قال، «يتعلق الأمر كله بالحب، بكونك مُعرّضًا، أمينًا، شفافًا، وبالنظر لداخل قلب ابنك». لفعل ذلك، سيجب عليك أن تواجه نفسك، مرات ومرات كثيرة. إذا أردت أن تتغير ابنتك أو من تحب، علىٰ الأرجح لن تتغير. إذا لم تكن مستهدفًا تغييرها، علىٰ الأرجح ستتغير. اقبلها وأحبها كما هي الآن. افعل ما بوسعك وسيقوم الله بالباقي.

أن تسترد ابنك. قد تخسر معارك كثيرة، لكن في النهاية، بقوة لطف الله ورحمته، وبمساعدة الكثير من أفراد الأسرة والأصدقاء، ستنتصر ثانية. كونا مثابرين يا ماما ويا بابا. لم تنتهِ القصة بعد. تذكرا، الحب هو أقوىٰ دواء لشفاء كل ألم.

مُلحق خطط علاجية

الجزء التالي عبارة عن عدة خطط علاجية وضعها آباء قد شاركوا في الفصول الدراسية عن بُعد في مؤسسة بدائل إيجابية. تم تغيير جميع الأسماء، وهذه الخطط مستخدمة بعد الحصول علىٰ إذن بذلك.

خطة جون العلاجية

الغرض: خلق قربٍ وارتباط آمن مع روبرت والاحتفاظ بهذا القرب والارتباط.

الخطوة الأولىٰ: أتعامل مع مشاعري وأفكاري بشأن مثلية روبرت.

١- **الهدف**: أهدّئ من ردود أفعالي التلقائية.

المهمة: عندما يكون لدي فكرة أو رد فعل سيئ بشأن المثلية، أفكر في الحب الذي يحتاجه ابني.

يُستكمل بحلول: مستمر.

ملاحظات: هذه أداة هامة لتذكيري بضرورة تعلّم كيف أشعر ثم أعطي رد فعل. قد ساعدني هذا بالفعل عدة مرات في العمل.

٢- الهدف: أصبح «غير منقاد بحدْسي».

المهمة: قبل قول أو فعل أي شيء، فكّر بطريقة «معاكِسة للحدس».

يُستكمل بحلول: مستمر.

٣- الهدف: أظل إيجابيًّا.

المهمة: أقرأ كتبًا ومقالات ترفع وتشجع.

يُستكمل بحلول: مستمر.

الخطوة الثانية: أعتني بنفسي.

الهدف: أحصل علىٰ المساعدة من عائلة الكنيسة.

المهمة: ألتقي باثنين من رعاة الشباب لمناقشة موقف روبرت.

يُستكمل بحلول: ٢٨ مايو.

ملاحظات: تم تحديد موعد المقابلة يوم ٢٧ مايو.

الخطوة الثالثة: أذهب لله. معايشة العلاقة مع الله.

١- الهدف: أسلّم الأمر لله.

المهمة: ادع الله يوميًّا: اللهم أعني لفهم أسباب هذه الانجذابات، وأظهر لي كيف يمكنني مساعدة ابني على الشفاء. امنحني القوة يوميًّا.

يُستكمل بحلول: مستمر، يوميًّا.

ملاحظات: أجد دائمًا ارتياحًا عظيمًا في تسليم الأمور لله!

٢- **الهدف**: تصوّر روبرت مشفيًّا.

المهمة: عند الدعاء، تذكر أن تفكر كمشفيّ ومحقق لمصيره.

يُستكمل بحلول: مستمر.

الخطوة الرابعة: أستكشف أسباب المثلية وعلاجها.

١- **الهدف**: أقرأ الأدبيات.

المهمة: أعيد قراءة الفصل الثاني من.

يُستكمل بحلول: ٢٣ مايو.

٢- **الهدف**: القيام ببحث عن جروح الأقران.

يُستكمل بحلول: ١٥ يونيو.

الخطوة الخامسة: استعمال مهارات التواصل الفعّال.

١- **الهدف**: نقضي أكبر قدر ممكن من الوقت معًا في عطلة نهاية الأسبوع هذه. نتكلم ونتشارك.

المهمة: أسجّل شريطًا مشجعًا وأكتب خطابًا.

يُستكمل بحلول: ٣٠ يونيو.

الخطوة السادسة: أصحّح الأوضاع بيني وبين روبرت.

٢- **الهدف:** أنجز الخطاب الذي بدأته منذ شهرين.

المهمة: سجّل CD من التشجيع والتأكيد الإيجابي.

يُستكمل بحلول: ١٦ يوليو.

الخطوة السابعة: أستكشف لغة الحب لدىٰ روبرت.

١- **الهدف:** أحدد لغة الحب الأولية لدىٰ روبرت ثم أقدمها له.

المهمة: انتهيت منها في أبريل.

ملاحظات: لغتا الحب الأساسيتان لديه هما التلامس الجسدي وأعمال الخدمة. استمر في ممارسة هاتين وتذكر أن تقدم له الخمس كلها أيضًا!

٢- **الهدف:** أفعل أشياء يحبها.

المهمة: أخذته لحفل موسيقي.

ملاحظات: استمتعنا بوقتنا معًا جدًّا، متعة كبيرة.

٣- **الهدف:** شارك في الأنشطة.

المهمة: رحلة محتملة لكاليفورنيا (أصدقاء أقران هناك أيضًا).

المهمة: نسجّل بعض الموسيقا معًا. آخذ بضعة أيام عطلة من العمل في يونيو لنسجل بعض الموسيقا معًا.

المهمة: أحاول أن أجعله يمارس تمارين رياضية معي.

الخطوة الثامنة: أظهر عاطفة جسدية مناسبة.

١- **الهدف**: أتلامس، أبارك، وأحِب.

المهمة: أعانق وأقبّل وأبارك روبرت كل يوم. أخبره أني أحبه.

يُستكمل بحلول: مستمر.

ملاحظات: لقد كان هذا فعالًا حقًّا. بل ويعانقني هو أيضًا.

تحديث ١٥ مايو: اتخذ جانبًا هذا الأسبوع لأنه غاضب أني أعانق رفيقه أيضًا. لا تتوقف! استمر!

الخطوة الحادية عشرة: الأصدقاء والمعارف.

١- **الهدف**: مقابلة أصدقائه والتعرف عليهم.

المهمة: أدعوهم ليأتوا للشواء، أو لمشاهدة فيلم، أو لقضاء وقت في حوض الاستحمام الدافئ.

يُستكمل بحلول: مستمر.

ملاحظات: أتوا هنا لتناول البيتزا يوم الجمعة. استمر في الدعوة.

المهمة: حاول أن تجعلهم يأتون ليبيتوا في عطلة نهاية هذا الأسبوع.

٢- الهدف: أحب وأظهر عاطفة لرفيقه.

المهمة: أعانقه كل مرة أراه فيها.

يُستكمل بحلول: مستمر.

ملاحظات: يستجيب بطريقة إيجابية فعلًا لعاطفتي، لكن هذا الأمر قد أغضب روبرت!

الخطوة الثانية عشرة: مدربون من نفس الجنس.

١- الهدف: إيجاد مدربين لروبرت.

المهمة: أبني شبكة مساندة.

المهمة: أجعل أولاد العم الأكبر سنًّا ينضمون. الاستمرار في «تنزهات وخروج الشباب لقضاء الوقت».

المهمة: إذا كان رعاة الشباب يبدون مشجِّعين، تشجيع روبرت علىٰ الذهاب لبعض الأنشطة الصيفية.

خطة آن العلاجية (زوجة جون)

الخطوة الأولىٰ: أتعامل مع مشاعري وأفكاري بشأن مثلية روبرت.

١- تدوين المذكّرات: أدون مشاعري، وأفكاري وأحاسيسي وقتما أشعر أني مكتئبة أو مغمورة.

(هذا مستمرٌّ - بدأ منذ عدة أشهر).

٢- تثقيف نفسي: أصنع مكتبة من الكتب بخصوص الانجذابات المثلية.

زيارة مواقع إلكترونية اقترحها ريتشارد.

(هذا مستمرٌّ - بدأ منذ شهور).

٣- الدعاء.

٤- أخصص ساعة في اليوم ليكون «وقتي أنا» للقراءة، أو التمرين، أو نوم القيلولة أو الدعاء.

(سأنبّه الأبناء - يبدأ ٢ يونيو).

٥- أكوّن مجموعة مساندة (أمي، أختي، إخوتي، وسارة). أشارك معهم ما يعلمنا إياه ريتشارد، وكتابه، ومواقع إلكترونية من شأنها أن تساعد في تثقيفهم بشأن الجنسية المثلية. أسألهم أن يدعوا لي لأجل مواقف معينة حين تحدث.

(أُنجِز تكوين مجموعة المساندة بحلول عطلة نهاية الأسبوع - ٦ أو ٧ يونيو).

الخطوة الثانية: أصحّح الأوضاع بيني وبين زوجي.

١- نبدأ في مواعدات أمسية الجمعة مرة ثانية.

(بداية من الجمعة القادمة - مستمر)

٢- أمارس أساليب التواصل.

(بداية من الجمعة القادمة في ليالي المواعدات - مستمر)

٣- ندعو معًا.

(كل ليلة بداية من الآن - مستمر)

الخطوة الثالثة: أذهب لله. أختبر الحب.

١- أقضي وقتًا يوميًّا مع الله في الدعاء وتدبّر كلمته.

أدعوه ليمنحني حكمة وقوة. وأن أكون دعمًا لجون بينما أحافظ علىٰ فمي مغلقًا.

(مستمر).

٢- أستمر في درس الكتاب لليالي أيام الاثنين مع السيدات في الكنيسة وأطلب الدعاء والدعم من أجل روبرت.

(بداية من ١٤ يونيو - مستمر)

الخطوة الرابعة: أستكشف أسباب الجنسية المثلية وعلاجها.

١- أكوّن مكتبة مبنية علىٰ الكتب التي اقترحها ريتشارد.

(بدأت منذ شهور - مستمر)

٢- أستكشف لغة الحب لدىٰ روبرت.

(تمّ - لغة الحب لدىٰ روبرت هي التلامس الجسدي).

هذه هي الأربع خطوات الأولىٰ بين خطوات أخرىٰ كثيرة. أود أن أعمل علىٰ هذه الخطوات أولًا قبل أن أنتقل للأمام.

خطة جيسيكا العلاجية

١- أخطط أن أعتني بنفسي بمداومتي علىٰ الجري والسباحة وحمل الأثقال أربع مرات في الأسبوع. سأستمر في تأملاتي اليومية وأرفع في دعائي ذكريات طفولة باتريك والتي نبّهتني أو أرعبتني مستخدمةً كتاب فلورا سلوسن ولنر والذي سيساعدني أيضًا في رفع بعض من ذكرياتي الأليمة وغضبي الحالي تجاه انفصالي عن والديّ. فكرة ريتشارد كوهين: «قد يحمل طفلك بعضًا من جروحك غير المشفية واحتياجاتك غير المسددة، أو الجروح غير المشفية والاحتياجات غير المسددة لسلسال العائلة»، هي فكرة مُلهمة لي، لأن الاحتمال كبير. سأحاول أن أكتشف ما هي احتياجاتي الوجدانية والجسدية وأطلب من زوجي [آلان] وآخرين أن يساعدوني لأسددها.

سأبادر بهذه المحادثة عن طريق أخذ يد زوجي وإخباره ما أظن أنه احتياجاتي وإذا ما كان يبدو علىٰ هذه الاحتياجات أنها غير مسددة. سأسأله إذا كان يستطيع أن يساعدني في تسديد هذه الاحتياجات. إذا لم يحدث هذا بطريقة صحيحة، سأتصالح معه، واثقةً لطف الله وغفرانه في علاقتنا. سأسعىٰ لمساعدة محترفة إذا كان الأمر ضروريًّا.

٢- قد طلبت المساندة من اثنين من الأصدقاء المتدينين المقربين جدًّا ومن اثنين من الرعاة. هم مشجعون جدًّا وأمناء في الدعاء بالدعوات المحددة التالية:

أ- اللهم أنت الشافي، أسألك مساعدة أسرة باتريك علىٰ أن يصبحوا أقرب منك ومن بعضهم البعض. أسألك أن يعرفْ باتريك محبتك يا قوي من خلال حب آلان واهتمامه القوي في هذه الأيام قبل سفره لفترة الصيف، وللأبد بعد ذلك.

ب- اللهم أنت الشافي، أسألك العون لباتريك لأن يفهم سبب انجذابه لنفس الجنس، وامنحه الراحة في قلبه وذهنه وجسده.

ج- اللهم أنت الشافي، أذِب أسوار الخزي والوحدة حول قلب باتريك، فيبدأ في تبنّي ذكورته ويجد سلامًا وقوة فيها، بحسب ما قصدته له يا الله.

د- اللهم أنت الشافي، ائت بآلان وجيسيكا [ابنتهما] وزوجها وباتريك معًا لجلسة الشفاء الأسري، فيتركوا الحِمل من الماضي ويبدؤوا في السعي نحو علاقة متصالحة في كل أيام مستقبلهم. [قمنا بجلسة شفاء أسري، وحدث أكثر من تقدم رائع].

٣- سأقدم الدعم لآلان بسؤاله كيف يمكنني أن أساعد، وبتشجيعه، والأكثر أهمية من ذلك بسؤال الله أن يساعدني أن أعرف متىٰ أسأل أو أقترح ومتىٰ ألتزم الصمت. حيث إن آلان هو أيضًا يذكر ذلك في دعاءه في محاولة

وضع استراتيجية معًا لنحب باتريك، سأتقبل حين لا يفعل ما أقترحه. يوميًّا، سأدعو: «اللهم يا خالق باتريك، أنت تحبه أكثر حتىٰ مما نحبه نحن. أتوسل إليك أن يشعر بحبك، وليعرفْ القوة الشافية لحبك». سأقترح أيضًا وقتًا لي أنا وآلان نقضيه معًا بعيدًا، وسنجتهد في أن نحافظ علىٰ مواعداتنا لليالي الجمعة حيث نتناول العشاء ونرقص في البيت.

٤- سأكتب خطابًا لباتريك أعبر فيه عن ندمي وسأرسله له هذا الصيف. أعلم خوفه من الشعور بالهجر، لذا سأعتذر له عن تلك الأوقات وأطلب غفرانه. سأخبره أيضًا عن الأوقات التي تنبهتُ فيها أو كنت أشعر بالخوف أنه «وُلِد مثليًّا»، وسأخبره لماذا. سأقول، «أنا آسف بسبب الألم الذي سببتُه لك في جهلي وتشوشي وإنكاري».

٥- سأقرأ وبحلول نهاية الصيف، لأحصل علىٰ المعرفة وأتشجع. سأدخل علىٰ مواقع NARTH، وBrothers road ومواقع أخرىٰ وأقرأ مقالات عندما أكون مُحبَطة.

٦- سأشجع أبا باتريك أمام باتريك علىٰ الأقل مرة في اليوم في حضورهما.

سأدعو ليمنح الله باتريك مرشدين وأصدقاء من نفس الجنس، سيكون هذا دعاءً حارًا ومثابرًا، بينما هو مسافرٌ هذا الصيف. سأسأل الله أن يدبّر علىٰ الأقل

صديقًا لا يتمنىٰ أن يمارس الجنس معه، ليكتشف ماذا يعني أن يكون المرء مقبولًا ومحبوبًا من صديق حقيقي من نفس الجنس. «رحمتك يا رب!».

٧- بحلول ٢٠ يونيو، سأكتب خطابًا لوالديّ، معبرةً فيه عن ندمي بشأن علاقتنا المتباعدة، وعلىٰ وجه الخصوص سأعبر عن غضبي وألمي من عدم إمكانية الوصول إليهما بطريقة سلسة. سأعبر عن ندمي أنهما لم يوليا اهتمامًا أقوىٰ بأبنائنا أو بما أفعل في الحياة. سأدرِج أيضًا عرفانًا من أجل العطايا والكنوز التي أعطياني إياها كطفلة ومراهقة.

هذه هي خطتي للمدىٰ القصير. يفاجئني أن الكثير من الأهداف من الممكن أن تمتد لبضع سنين قادمة، لكن خلال ذلك الوقت سأدعو تحديدًا أن يعرف باتريك حب الله وقوته في حياته، وأن يعرف مقاصد الله الطيبة لحياة مشبِعة مع امرأة رائعة، وأن يعرف الشفاء في قلبه وذهنه وجسده، وأن يستديم ويكون قادرًا علىٰ تغذية علاقات مع نفس الجنس لا علاقة لها بالجنس.

يصنع الله المعجزات، وأؤمن أن لقاءنا بريتشارد كان تدخلًا إلهيًّا وتوقيتًا إلهيًّا. إذا بدأ باتريك في معرفة حب الله من خلال آلان، ومن خلال اتخاذي أنا لمقعد خلفي في حياته، بقدر ما في هذا من صعوبة، وإذا بدأ في الترابط مع الأقران من نفس الجنس، فاهمًا أنه مخلوق ذكري جميل من تصميم عظيم من الله، وإذا لم يجرّب في علاقة جنسية مع أحد الأقران، إذًا من الممكن له أن

يذهب للجامعة في العام القادم. لكني سأكون داعية ليرشده الله ويعينه علىٰ التمييز بينما هو مسافرٌ هذا الصيف. وسنكون أنا وآلان عاملين علىٰ دعوة مرشدين بالغين مهمين ليكونوا جزءًا أساسيًّا من حياته عندما يعود.

خطة جيم العلاجية

هذه قائمة من الخطوات لخطة العمل خاصتي (علىٰ المدىٰ القريب والبعيد) لعلاقتي مع توني. [ملحوظة: إذا لم يكن هناك إطار زمني واضح فهذا البند يعكس أهدافًا قصيرة المدىٰ وطويلة المدىٰ معًا].

١- أتعامل مع المشاعر.

* أستمر في التركيز علىٰ المرحلة الخامسة من النوح (القبول) لضمان أن أركّز علىٰ ما أستطيع أن أفعله لأساعد توني في هذه العملية.

٢- أعتني بنفسي.

* أستمر في جعل الله هو الأولوية الأولىٰ في حياتي ولأجعله جزءًا أساسيًّا من إخراجنا كلنا عبر هذا الوادي، وألا أفقد الإيمان أبدًا. لأرىٰ وأؤمن بتقدير الله الكامل في النهاية.

* أستمر في تقديم الدعم لزوجتي، ديبي، ولتوني علىٰ مدار هذه العملية، لا أن أحل مشاكلهما لكن بدلًا من ذلك أن أستمع وأواسي.

٣- أحصل علىٰ مساندة.

* أجد آخرين لأوسّع الدعم في الدعاء لتوني ولأسرتنا.

٤- أصحح الأوضاع بيني وبين ديبي.

* أستمع لديبي ولمخاوفها.

* أستمر في إخبار ديبي أنها لم تفعل شيئًا خاطئًا، وأنها كانت تملأ فراغًا تركتُه أنا في علاقتي مع توني.

* أستمر في أن أحب ديبي وأقدم لها الدعم وأدع توني يرىٰ أننا ملتزمان بعهودنا كزوج وزوجة أن نحبه ونرفعه.

٥- أذهب لله.

* أستمر في جعل الله جزءًا أساسيًّا في حياتي اليومية. أطلب حكمته لأعرف ماذا أفعل ومعونته لأفعل ذلك.

* أكون أكثر وعيًا بالفرص التي من الممكن أن يقدمها الله لأتعلم بخصوص الذي أحتاج أن أفعله وطرق لأساعد توني وآخرين في التغلب علىٰ الانجذابات المثلية.

٦- أصحّح الأوضاع مع ابني ذي الميول المثلية.

* المدىٰ القصير: أُنجز التصليحات في خطابي لتوني، وأدع ريتشارد يراجعه.

* المدىٰ القصير: أجد الوقت لأسأل توني كيف كان يشعر حين لم آخذ إجراءً فوريًّا بفعل شيء من أجله حين قال لي في البداية عن مثليته. بعد الإنصات، سأحاوِل شرح المعضلة التي كانت عندي مع كون ديبي مضغوطة ضغطة شديدة في عملها، وكوني بدون عمل، وكوننا نعيش علىٰ حد قليل جدًّا من النقود. أحتاج أن أؤكد أن الأمر لم يكن أني لم أكن مهتمًا لكني كنت متخوفًا جدًّا أن تُدفع ماما فوق الحافة مع كل ما كان يحدث عند تلك النقطة.

* المدىٰ الطويل: أشارك خطابي مع توني.

* أجد فرصًا أخرىٰ لأشارك مشاعري بشأن أشياء قد حدثت لي، لأدع توني يعلم أني أستطيع تفهّم الصراعات التي يمر بها وكيف أن الأمر بالتأكيد صعبٌ وجدانيًّا. أدعه يعلم أنه ليس وحيدًا وأعطيه أملًا أنه يستطيع أن يعبُر هذا وممكن أن يكون أقوىٰ وأفضل.

٧- أستكشف أسباب الانجذابات المثلية.

* أقضي وقتًا أكثر لأجد مواد وأقرأ عن كلا جانبي موضوع الجنسية المثلية.

* أقرأ الأدبيات لأفهم توني ومثليته بطريقة أفضل.

٨- أتعلم لغة الحب لدىٰ توني.

* أعيد قراءة.

* أنتبه بشكل خاص للقسم الخاص بلغة الحب لدىٰ توني: الوقت الخاص.

* أستمر في البحث عن الفرص لقضاء وقت خاص مع توني ومع أصدقائه والعائلة.

* أستمر في أن أخبر توني وأظهر له كم هو مميز وهام جدًّا بالنسبة لنا.

٩- أتبادل الأدبيات.

* اكتشف أين يقف توني فيما يختص بالمعلومات عن كتيبات ونشرات الجنسية المثلية، وأرىٰ إذا كان هناك أي شيء آخر يريدني أن أقرأه أو أفعله.

١٠- أسكتشف اهتمامات توني.

* أعرف أن أكبر اهتمامات توني هي السيارات، والمنازل، وحاليًا الحصول علىٰ كلب آخر.

* أحتاج أن أستمر في إيجاد طرق لأساعده أن يركّز في هذه المناطق.

* حيث إن توني بلا عمل حاليًا، سنقوم بالاشتراك في كل مجلة يحبها للسيارات، لجعله يقرأ هذا بدلًا من أن يُغوىٰ بالأفلام الإباحية علىٰ الإنترنت.

* لقد أعطينا توني ضوءًا أخضر ليشتري كلبًا يريده، علىٰ أمل أن يملأ فراغَ الحب الذي يحتاجه بينما نعمل جميعًا علىٰ تعافيه. هو يعلم أن وجود كلب بالمنزل هو آخرُ ما كنا نبحث عنه. نريده أيضًا أن يعرف أننا نعرف كم هذا مهم بالنسبة إليه، ونحن نبذل جهودًا حقيقية لنكون متاحين من أجله ولنفعل الأفضل لرفاهته.

١١- أعمل علىٰ مهارات التواصل.

* أعيد قراءة ملاحظات ريتشارد عن الإنصات التأمّلي.

* أبحث عن فرص لأشارك توني عن أشياء مختلفة قد حدثت له في ماضيه وأمارس هذه المهارات لأخلق علاقة أقرب معه.

١٢- أسجّل شريطًا مشجعًا.

* المدىٰ القصير: أسأل ريتشارد عن أفضل طريقة للاقتراب لتوني بشأن إعطائه الشريط بمجرد أن يكتمل.

* أكوّن خطوطًا عريضة للمناطق التي ينبغي أن أتناولها في الشريط.

* أدوّن التفاصيل لهذه المناطق وأسجّل الشريط.

١٣- أكون عاطفيًّا.

* أستمر في إظهار العاطفة الملائمة نحو توني وأدعه يعرف كم هو مميّز بالنسبة لي.

١٤- أتعرف علىٰ أصدقائه.

* أستمر في السؤال عن أصدقائه ومقابلتهم وأستفسر عن من يخرج معهم.

* أخلق فرصًا لألتقي بأصدقائه، ومن الممكن تنظيم مرات للتجمع والأكل خارج المنزل.

١٥- الدعاء.

* أبذل جهدًا مشتركًا أكثر لأكون أكثر تحديدًا في الأشياء التي أحتاج مساعدة الله فيها وفي أدعيتي التي أرفعها لله.

* أستمر في أن أرىٰ توني مشفيًّا مع زوجة مُحبّة عظيمة وثلاثة أطفال يتمتعون بالجمال. أراه أبًا عظيمًا ولديه قلب ممتنٌّ للمعافاة التي منحها له الله من المثلية.

١٦- أبحث عن مرشدين آخرين.

* أوفّر فرصًا لجعل أصدقاء توني من الشباب (الصحي) جزءًا من حياته. أقدم لهم الدعوة للخروج للأكل خارج المنزل أو ليأتوا للعشاء معنا كأسرة.

* أضم توني لأنشطة أخرىٰ أنا منخرط فيها مع شباب آخرين (أصدقاء أو أقارب).

١٧- أرشد آخرين من ذوي الميول المثلية.

* حاليًا لا يشير توني إلىٰ أنه يخرج مع أناس آخرين من ذوي الميول المثلية. لقد بذلنا مجهودًا لنلتقي بأناس آخرين قد أخبرنا هو عنهم، لكننا لسنا متأكدين بنسبة ١٠٠ بالمائة إذا ما كانوا أصدقاءً ذوي علاقة بالمثلية أم لا.

١٨- افعل عملك أنت.

* اكتشف المزيد بشأن أنشطة الشفاء وابدأ في التواصل مع توني بشأن الذهاب معًا.

قائمة بقراءات مقترحة

كتب عامة عن المثلية الجنسية

The Battle for Normality (Gerard an den Aardweg)

Coming Out Straight (Richard Cohen)

Desires in Conflict (Joe Dallas)

Homosexuality and the Politics of Truth (Jeffrey Satinover)

Homosexuality: A Freedom T For (Charles Soczrides)

Homosexuality: A New Christian Ethic (Elizabeth Moberly)

Loving Homosexuals as Jesus Would (Chad Thompson)

My Genes Made Me Do It (Neil sod Briar Whitehead)

101 Frequently Asked Questions About Homasexualsy (Mike Haley)

One Moo, One Woman, One Lifetime (Rabbi Rueven Bulka)

Strivingfor Gender Identity (Christi Roth Vonholdt)

The Truth Comes Out (Nancy Heche)

You Dons Have to Be Gay (Jeff Konrad)

كتب للوالدين

Growing Up Straight (Peter and Barbara Wyden)

Healing Word, The (Cindy Rullman)

Ounce of Prevention (Don Schmierer)

A Parent's Guide to Preventing Homosexuality (Joseph and Linda Ames Nicolosi)

Someone I Love Is Gay (Bob Davies and Anita Worthen)

When Homosexuality Hits Home (Joe Dallas)

Where Does a Mother Go to Resign? (Barbara Johnson)

الجنسية المثلية للذكور

Growth into Manhood (Alan Medinger)

Healing Homosexuality: Case Stories of Reparative Therapy (Joseph Nicolosi)

Practical Exercises for Men in Recovery of SSA (James Phelan)

Reparative Therapy of Male Homosexuality (Joseph Nicolosi)

الجنسية المثلية للإناث

The Heart of Female Same-Sex Attraction (Janelle Hallman)

Female Homosexuality: Choice Without Volition (Elaine Siegel)

Restoring Sexual Identity: Hope for Women Who Struggle with SSA (Anne Paulk)

Practical Exercises for Women in Recovery of SSA (James Phelan and Debora Barr)

حركة المثلية الجنسية وأنشطتها

After the Ball (Marshall Kirk and Hunter Madsen)

Answers to the Gay Deception (Marlin Maddoux)

Homosexuality and American Psychiatry (Ronald Bayer)

"The Trojan Coach: How the Mental Health Guilds Allow Medical Diagnostcs, Scientific Research and Jurisprudence to Be Subverted in Lockstep with the Political Aims of Their Gay Sub-Components" (Jeffrey Satininover, <www.narth.com>)

"Selling Homosexuality to America'' (Paul Rondeau, Law Review, Regent University 14, no. 2 [Spring 2002: 443-85)

السلوك المثلي

Getting It Straight (Peter Sprigg and Timothy Dailey)

مصادر دولية

Courage / Encourage

تيليفون: ٢٦٨ (٢١٢)- ١٠١٠

موقع إلكتروني: www.couragerc.net

مجموعات مساندة كاثوليكية لمن يصارعون ولأفراد أسرهم. الأب جون هارفي، المدير.

Evergreen International

تليفون: ٣٩١ (٨٠٠)- ١٠٠٠

موقع الكتروني: www.evergreeninternational.org

مجموعات مساندة مورمون لمن يصارعون ولأفراد أسرهم. ديفيد برودون، المدير.

Exodus North America

تليفون: ٥٩٩ (٤٠٧)- ٦٨٧٢

موقع إلكتروني: www.exodus.to

منظمة مظلة لخدمات مسيحية للمثليين السابقين. آلان تشيمبرز، المدير.

Homosexual Anonymous

تيليفون: ٧٧٩ (٦١٠)- ٢٥٠٠

موقع الكتروني: www.ha-fs.org

مجموعات تعاف مسيحيةُ الاستناد لأولئك ممن لديهم «ا ن ج» غير مرغوب فيها. ديفيد إ، المدير.

Inqueery

موقع إلكتروني: www.inqueery.com

مخاطبين المثلية الجنسية في المدارس والكليات. تشاد طومسون، المدير.

International Healing Foundation (IHF)

تيليفون: ٨٠٥ (٣٠١)- ٦١١١

موقعان إلكترونيان: www.comingoutstraight.com

Gaychildrenstraightparents.com

ندوات شفاء، فصول دراسية عن بُعد، ومشورة. ريتشارد كوهين، المدير التنفيذي.

Jews Offering New Alternatives to Homosexuality (JONAH)

تيليفون: ٤٣٣ (٢٠١)- ٣٤٤٤

موقع إلكتروني: www.jonahweb.org

مساندة لمن يصارعون ولأفراد أسرهم. آرثر جولدبيرج وإلين بيرك، المديران الشريكان.

National Association for Research and Therapy of Homosexuality (NARTH)

تيليفون: ٧٨٩ (٨١٨)- ٤٤٤٠

موقع إلكتروني: www.narth.com

معالجون يساعدون أولئك ممن لديهم «ا ن ج» غير مرغوب فيها. جوزيف نيكولوسي، الرئيس.

One by One

تيليفون: ٥٨٦ (٥٨٥)- ٦١٨٠

موقع إلكتروني: www.oneby1.org

خدمة للمثليين السابقين للكنيسة المشيخية. كريستين جونسون، المديرة التنفيذية.

Parents and Friends of Ex- Gays and Gays (PFOX)

تيليفون: ٣٦٠ (٧٠٣)- ٢٢٢٥

موقع إلكتروني: www.pfox.org

دعمٌ لأفراد الأسرة والأصدقاء. ريجينا جريجس، المديرة المحليّة.

People Can Change

موقع إلكتروني: www.peoplecanchange.com

مجموعات مساندة علىٰ الإنترنت، معسكرات للشفاء وقصص للتحول. ريتش وايلر، المدير التنفيذي.

Positive Alternatives to Homosexuality (PATH)

موقع إلكتروني: www.pathinfo.org

ائتلاف دولي للمجموعات الداعمة للتغيير.

Powerful Change Ministry Group

تليفون: ٢١٠ (٧٠٠)- ٤٠٣٤

موقع إلكتروني: www.witnessfortheworld.org

خدمات للأمريكيين من أصل أفريقي لأولئك الذين يتعاملون مع آل «ا ن ج». د. ل. فوستر، المدير.

Transforming Congregations

تيليفون: ٩٤٥ (٣٠٢)- ٩٦٥٠

موقع إلكتروني: www.tranformingcong.org

خدمة للمثليين السابقين للكنيسة الميثودية المتحدة. كارين بووث، المديرة.

مواقع إلكترونية أخرىٰ

www.dawnstefanowicz.com (مساعدة الأفراد ممن لديهم آباء ذوو «ا ن ج»).

www.healingomosexuality.com (المعالج فلويد جادفري وموقع Adventure in Manhood [AIM]

www.janellehallman.com (معالجة تساعد النساء ذوات آل «ا ن ج» غير المرغوبة)

www.becomingreal.org/articles/change.htm (بحثٌ عن فعالية التغيير)

www.realityresources.com (لدعم المخنثين في الولايات المتحدة)

مواقع إلكترونية مؤيدة للمثلية الجنسية

www.advocate.com (المجلة المحلّية للمثليين والمثليات)

www.glsen.org (Gay Lesbian Straight Education Network)

www.hrc.org (Human Rights Compaign)

www.lambdalegal.org (Lambda Legal Defense Fund)

www.TheTaskForce.org (National Gay and Lesbian Task Force)

www.pflag.org (Parents and Friends of Lesbians and Gays)

إضافة: ندوات الشفاء وجلسات الشفاء الأسري

ندوات الشفاء

هناك عدة برامج ممتازة للشفاء، سواء كان الشخص يتعامل مع أمور تتعلق بفرد أو بزوج أو بالأسرة. هناك برامج تجريبية مصممة للمساعدة في إحداث الشفاء الشخصي والعلاقاتي والتحول. فائدة أخرىٰ تُجنىٰ من حضور مثل هذه الندوات هي أنكم ستتعلمون أحدكم من الآخر وستخرجون بأصدقاء دائمين.

مغامرة داخل الرجولة (AIM)

تركّز عطلة نهاية الأسبوع هذه علىٰ مساعدة الرجال علىٰ أن يطوّروا من تقدير نوعهم عبر نشاط ذكوري في الهواء الطلق. يشارك الرجال مع والدهم أو مدرب يدعمهم في رحلتهم للخروج من المثلية. إن رسالة AIM هي تعزيز الترابط الصحي مع الرجال عبر نشاط ذكوري والعمل كفريق والتواصل

الاجتماعي. تتحدىٰ AIM الأفراد علىٰ المستوىٰ الجسماني والذهني والروحي في دائرة آمنة من رجال أصحاء.

رحلة نحو الرجولة (JIM)

تقدم عطلة نهاية الأسبوع هذه تدريبات تجريبية وعمليات للشفاء الداخلي لرجال جادين بشأن العمل للتغلب علىٰ المثلية غير المرغوب فيها وحلها. المعسكر مصمَّم لمساعدة الحاضرين علىٰ أن ينظروا لمنظوراتهم الداخلية، وأن يستكشفوا المشاعر تجاه الرجال والنساء، وأن يحصلوا علىٰ رؤية أوضح للحياة. JIM مُعدّة للرجال الذين يريدون أن يقللوا أو يتخلصوا من الرغبات المثلية ويتبنوا ذكورة غيرية.

ندوات للشفاء في الحب/ الجنس/ الحميمية (LSI)

ندوات الشفاء LSI تُعقد من أربع إلىٰ ست مرات سنويًّا. وهي مناسبة لكل أفراد الأسرة لحضورها. نرعىٰ أيضًا ندوات الشفاء للأب والابن وللأم والابنة. لقد قمنا بتقديم هذه الندوات لمدة ثماني عشرة سنة عبر الولايات المتحدة وأوروبا، مساعدين الآلاف من الرجال والنساء في رحلتهم نحو الاكتمال. هذه هي فرصة لكل شخص ليشارك من قلبه وليختبر الشفاء الهائل. نقدم حلولًا حقيقية وعملية لأمور شخصية وأسرية أيضًا. أهلًا بالجميع.

مغامرة تدريب المحارب الجديد وامرأة بالداخل

عطلات نهاية الأسبوع هذه مفتوحة لكل الناس وليس لها علاقة مباشرة بموضوع المثلية الجنسية لكن، من المهم معرفة أنهم سيساندون قرار الشخص أن يكون «مثليًّا» أو قراره أن «يتغيّر». هذه فرصة للأم والابنة وللأب والابن أن يتشاركوا في عطلة نهاية أسبوع قوية ومغيّرة للحياة (أو قد يذهب أبناؤكم بمفردهم). فائدة عطلات نهاية الأسبوع هذه أنها تقدم مجموعات مساندة مكونة من أعضاء من نفس النوع بعد عطلة نهاية الأسبوع. للرجال مجموعات تُسمىٰ I- groups (حيث I هي Integration أي تكامل) وللنساء مجموعات تسمىٰ E- groups (حيث E هي Empowerment أي تمكين).

جلسات الشفاء الأسري

قد تفكر أيضًا في المشاركة في جلسات للشفاء الأسري. بعض المعالجين مدرَّبون في العلاج الأسري ومن الممكن أن يقوموا بقيادة وتيسير هذه الجلسات.

قد عملتُ شخصيًّا مع الكثير من الأسر حين يكون أحد الأحباء يتعامل مع المثلية. ومن المذهل رؤية سنين من الألم والضغينة تذوب بعيدًا. خلال هذه الجلسات، يكون لكل فرد في الأسرة فرصة في أن يشارك «بحقيقته» مع الآخرين. بعد هذه اللحظات، يخبو الألم ويحدثُ الترابُط الحقيقي. تحت كل

هذا الجرح والغضب والألم ثمة حب وتفاهم وغفران. فائدة عمل هذه الجلسات هي أن يكون التركيز لا علىٰ الابن ذي الانجذابات المثلية، لكن علىٰ شفاء الأسرة والتصالح. تُعقد جلسات الشفاء الأسري في مكاتب مؤسسة البدائل الإيجابية أو في منزل الأسرة. لدينا عدة عاملين متاحين لتيسير هذه الجلسات الأسرية.

عن الكاتب

ريتشارد كوهين، حاصل علىٰ درجة الماجستير، وهو مدير مؤسسة التوجهات الإيجابية للجنسانية الصحية (PATH)، وهو معالج نفسي ومدرّب وكاتب، يسافر كوهين علىٰ نطاق واسع في الولايات المتحدة وأوروبا مقدِّمًا ندوات عن العلاقات الزوجية، مهارات التواصل، مهارات التربية، إعادة التوجيه الجنسي، والشفاء من الإساءة والإدمانات. يُحاضر كضيف متكرر في الكليات والجامعات، وفي المؤتمرات العلاجية.

علىٰ مدار ٣٠ عامًا، ساعد المئات في جلسات العلاج والآلاف في الندوات العلاجية، ودرّب ما يزيد علىٰ ٦ آلاف طبيب، وأخصائي نفسي، ومشير، وعاملين بالخدمة في مجالات الهوية النوعية والتوجه الجنسي. وهو مؤلف كتاب الآخر القريب، والتئام الوطن، وحديث معتدل عن المثلية، ودعونا

نتحدث عن الجنس، وكتاب آخر تحت الطبع: «شفاء الغيرية من خلال: تمضية الوقت والتلامس والتحاور».

أسس المنظمة الدولية للشفاء عام ١٩٩٠، وساعد في تأسيس التوجهات الإيجابية نحو جنسانية صحية في ٢٠٠٣. ويحمل درجة الماجستير في الآداب في مجال علم النفس من جامعة أنطاكية ودرجة البكالوريوس من جامعة بوسطن. هذا وقد عمل في خدمات علاج الإساءات للأطفال وخدمات التصالح الأسري، وفي المشورة العامة ومجموعات المساندة. لمدة ثلاثة أعوام، عمل كمعلّم عن فيروس نقص المناعة المكتسبة/الإيدز مع الصليب الأحمر الأمريكي.

كخبير في إعادة التوجيه الجنسي -كمدرب وأيضًا عبر اختباره الشخصي في الانتقال من التوجه المثلي إلىٰ التوجه الغيري في الثمانينيات- قد تمت استضافة كوهين في مقابلات مع صحف وفي الراديو والتليفزيون.

يعيش كوهين في منطقة واشنطن دي سي مع زوجته وابنه الأصغر. أما ابناه البالغان فهما يصنعان علامتهما في العالم.

للمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة:

www.pathinfo.org

pathinfo@pathinfo.org